



**ESCUELA DE POSTGRADO**

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Influencia del programa “Aceptándome tal como soy” en  
la autoestima de los estudiantes de primero de  
secundaria de la Institución Educativa N°6091 César  
Vallejo. Chorrillos. 2016**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:**

Magíster en Psicología Educativa

**AUTOR:**

Br. Mario Huayhua Hanco

**ASESOR:**

Dra. Violeta Cadenillas Albornoz

**SECCIÓN:**

Educación e Idiomas

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención integral del infante - niño adolescente

**PERÚ- 2017**

---

**Dra. Nancy Cuenca Robles**  
**Presidente**

---

**Dra. Violeta Cadenillas Albornoz**  
**Vocal**

---

**Mgtr. Luis Alfredo Benites Morales**  
**Secretario**

**Dedicatoria:**

A Dios por ser mi fortaleza en los momentos más difíciles y a mi madre que está en el cielo y va junto a mí y a mi padre, quienes me impulsan mi educación por enseñarme a vivir y realizarme como ser humano para lograr mis objetivos en mis proyectos trazados.

**Agradecimiento:**

Doy gracias a Dios por desarrollarme profesionalmente y como persona.

Gracias a mis padres por darme la vida.

A la universidad César Vallejo por la formación profesional recibida.

A mis guías, tutores de la maestría por sus sabias enseñanzas.

Gracias a la Dra. Violeta Cadenillas Albornoz, por su apoyo para el desarrollo de esta investigación.

A mis compañeros de la universidad César Vallejo por permitirme compartir grandes momentos de aprendizaje mutuo.

### **Declaración de Autoría**

Yo, Mario Huayhua Hanco, estudiante de la Escuela de Postgrado, Maestría en Psicología Educativa, de la Universidad César Vallejo, Sede Lima; declaro el trabajo académico titulado “Influencia del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N°6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016”, presentada, en 144 folios para la obtención del grado académico de Magister en Psicología Educativa, es de mi autoría.

Por tanto, declaro lo siguiente:

- He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos.
- No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.
- Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
- Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.
- De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinen el procedimiento disciplinario.

Lima, 12 de diciembre del 2016

Mario Huayhua Hanco

DNI: 29669920

## **Presentación**

En cumplimiento a las exigencias formales de la Universidad César Vallejo, presento a consideración de la ESCUELA DE POST GRADO la investigación titulada:

Influencia del programa “aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N°6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016.

Conducente a la obtención del Grado Académico de Magister en Psicología Educativa. Esta investigación cuasiexperimental constituye la culminación de los esfuerzos de los estudios de maestría. Considero que los resultados alcanzados van a contribuir a tomar medidas correctivas que favorezcan a la mejora de la calidad educativa. La investigación se inicia con la introducción, en la primera parte se describe el problema de investigación, justificación y el objetivo , la segunda parte contiene antecedentes y el marco referencial , la tercera parte señala la hipótesis que nos dan el punto de partida a este trabajo, la cuarta parte se denomina marco metodológico, la quinta describe los resultados, en la sexta sección presentamos la discusión, conclusiones y las recomendaciones, por último en la séptima parte las referencias bibliográficas y los apéndices.

El objetivo de la tesis es determinar la influencia del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016.

Señores miembros del jurado espero que esta investigación sea tomada en cuenta para su evaluación y aprobación.

El autor

## Contenidos

Carátula	i
Página del Jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaración de autoría	v
Presentación	vi
Contenidos	vii
Lista de tablas	ix
Lista de figuras	x
Resumen	xi
Abstract	xii
I. Introducción	13
1.1 Antecedentes	14
1.2 Fundamentación científica, técnica o humanística	19
1.3 Justificación	35
1.4 Problema	37
1.5 Hipótesis	40
1,6 Objetivos	41
II. Marco metodológico	42
2.1 Variables	43
2.2. Operacionalización de variables	44
2.3. Metodología	47
2.4. Tipo de investigación	47
2.5. Diseño	47
2.6. Población, muestra y muestreo	48
2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	49
2.8. Métodos de análisis de datos	52
2.9. Consideraciones éticas	52

III. Resultados	53
IV. Discusión	70
V. Conclusiones	75
VI. Recomendaciones	78
VII. Referencias bibliográficas	81
Anexos	85
Anexo A Matriz de consistencia	86
Anexo B Matriz de operacionalización de variables	90
Anexo C Instrumentos	93
Anexo D Programa	96
Anexo E Documentos de validación	113
Anexo F Certificados de validez	122
Anexo G Base de datos de la confiabilidad de variables	128
Anexo H Base de datos de estudio	129
Anexo I Artículo científico	133
Anexo J Constancia emitida por la institución que acredite la realización del estudio in situ	143
Anexo K Fotografías	144



## Lista de tablas

Tabla 1	Matriz de operacionalización de la variable “Aceptándome tal como soy”	45
Tabla 2	Matriz de operacionalización de la variable “Autoestima”	46
Tabla 3	Población de estudio	48
Tabla 4	Muestra de estudio	48
Tabla 5	Escalas y baremos de la variable: autoestima	50
Tabla 6	Resultados de validación de la variable	51
Tabla 7	Resultados de validación por juicio de experto del instrumento para evaluar la variable	51
Tabla 8	Descripción de los resultados del pretest del grupo control de los niveles de autoestima	54
Tabla 9	Descripción de los resultados del pretest del grupo experimental de los niveles de autoestima	55
Tabla 10	Descripción de los resultados del postest del grupo control de los niveles de autoestima	56
Tabla 11	Descripción de los resultados del postest del grupo experimental de los niveles de autoestima	57
Tabla 12	Prueba de normalidad de la en la fase de pretest y postest del grupo de control y experimental según pretest y postest	58
Tabla 13	Autoestima. Grupo de control y experimental según pretest y postest	59
Tabla 14	Área de sí mismo. Grupo de control y experimental según pretest y postest	61
Tabla 15	Área social. Grupo de control y experimental según pretest y postest	63
Tabla 16	Área hogar. Grupo de control y experimental según pretest y postest	65
Tabla 17	Área escuela. Grupo de control y experimental según pretest y postest	67

### Lista de figuras

Figura 1	Descripción de los resultados del pretest del grupo control de autoestima	51
Figura 2	Descripción de los resultados del pretest del grupo experimental de los niveles de autoestima	55
Figura 3	Descripción de los resultados del posttest del grupo control de los niveles de autoestima	56
Figura 4	Descripción de los resultados del posttest del grupo experimental de los niveles de autoestima	57
Figura 5	Puntuaciones de autoestima. Grupo de control y experimental según pretest y posttest	60
Figura 6	Puntaje de área sí mismo. Grupo de control y experimental según pretest y posttest	62
Figura 7	Puntuaciones de área social del grupo de control y experimental en la fase de pretest y posttest	64
Figura 8	Puntuaciones de área hogar del grupo de control y experimental en la fase de pretest y posttest	67
Figura 9	Puntuaciones de área escuela del grupo de control y experimental en la fase de pretest y posttest	69

## Resumen

El objetivo de la investigación estuvo dirigido a determinar la influencia del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima. La investigación es de tipo aplicada y el diseño utilizado es cuasiexperimental. La población fue de 1150 estudiantes el muestreo fue no probabilístico y la muestra fue de 60 estudiantes de ambos sexos de la Institución Educativa de nivel secundaria de la Ugel 07 San Borja - Chorrillos.

Para recolectar los datos de la variable independiente del programa “Aceptándome tal como soy”, se usó un solo instrumento: Inventario de autoestima versión escolar de Coopersmith, para la variable dependiente, se realizó la confiabilidad de Kr-20 del instrumento de aplicación. El procesamiento de datos se realizó con el software SPSS (versión 22).

Realizando la prueba de hipótesis a través del coeficiente de Kolmogorov – Smirnov, se encontró un resultado que el puntaje total no se aproxima a una distribución normal ( $p < 0.05$ ), debido a estos resultados se debe utilizar estadística no paramétrica: Test U de Mann-Whitney = 84,000 (\*\* $p < .000$ ), aplicada a dos muestras independientes, los resultados demuestran que la aplicación del programa, Aceptándome tal como soy en la Autoestima como alternativas de solución, mejora significativamente para el fortalecimiento de vínculos y activación de conocimientos y una apropiada reafirmación emocional.

*Palabras claves:* Autoestima, Programa: Aceptándome tal como soy,

## Abstract

The objective of the investigation was to show the influence of the program “Accepting how I am” in the self-esteem. The investigation is the applied type and the design used is quasi experimental, with transversal part. The population was 1150 students and the muestra was 60 students of the educational institution of secondary level of the UGEL 07.

To collect the data was used only one instrument of the dependent variable, the reliability of the application instrument was done the data process was done with software SPSS (22 version)

Being finished the hypothesis prueba across the Kolmogorov – Smirnov coefficient, with a total score result that doesn't approximate to a normal distribution ( $p < 0.05$ ) with these results, we have to use non-parametric: Test U de Mann-Whitney = 84,000 ( $***p < .000$ ), applied to two independent samples they show that there is a significant relation in the application of the program “Accepting how I am” in the self-esteem as solution alternatives, that will permit it.

*Specific word:* self-esteem, Program Accepting how I am.

## **I. Introducción**

## 1.1 Antecedentes

La presente investigación está enmarcada en el campo Educativo y concretamente está ubicada en el área de Psicología Educativa, se recopiló antecedentes en las bibliotecas de diferentes instituciones educativas nacionales e internacionales y medios informáticos electrónicos. Por relacionarse con el tema o con una de las variables en estudio y amplia información científica y así aportar con contenidos que puedan ser útiles y satisfaga las necesidades de los involucrados.

### Antecedentes internacionales

Velastegui (2015) realizó una investigación a cerca de *“La autoestima, planificación y toma de decisiones de los estudiantes del primer año de bachillerato de la Unidad Educativa Temporal Baños”*, en la provincia de Tungurahua, México. Cuyo objetivo fue valorar los niveles de autoestima, su influencia en los adolescentes, teniendo como muestra de 24 a 25 estudiantes, la mayoría de ellos fueron varones, con un total de 125 estudiantes. Los reactivos a tomarse en cuenta para la evaluación fue, la Escala de Evaluación de la Planificación y Toma de Decisiones, que fueron elaborados anteriormente por Darden, Ginter y Gazda en el año de 1996 , la misma que deducirá el discernimiento y el recorrido personal en cuanto a toma de decisiones y proyección; y también usaron Test de Evaluación de la Autoestima de M. Rosemberg del año 1965.; donde conciertan distintas medidas de calificación, lo que respecta a lograr una puntuación de 10 hasta 40 puntos, donde se califican los niveles de autoestima: baja, media y alta mediante la interpretación de los resultados, observaron que la mayoría de los estudiantes en un 71% mostraban autoestima alta, el 21% autoestima media y tan solo un 8% autoestima baja; en un total de 100% y de esta manera se concluyó que la autoestima si influía en la toma de decisiones, con lo que tiene que ver a los resultados, en un inicio tanto el grupo control como el experimental.

En la investigación sobre la autoestima, planificación y toma de decisiones de los estudiantes, tenían una significativa decadencia en cuanto al empoderamiento de la autoestima, de casi un 74% en cuanto a autoestima baja, y las demás evaluadas estaba ubicadas en el 36% restante, sin embargo después

de recibir algunos talleres, el beneficio de la autoestima se proyectó a un 88% a nivel global, admitiendo que se den inclusivamente ciertas ventajas en la disminución de ciertos estudios como la ansiedad, mejor rendimiento escolar, control de niveles de ansiedad entre otros.

Buelga, Cava y Musitu (2012), realizaron una investigación titulada *“La relación entre la reputación social, el ajuste psicosocial y la victimización en los adolescentes”*, teniendo como objetivo en determinar ciertas variables como baja autoestima, señales de depresión e incluso la perspicacia de la vida. En dicha investigación participaron un total de 1319 adolescentes de ambos sexos (53% mujeres y 47% varones) entre los 11 años y 16 años, cuyos centros educativos eran públicos y 6 concertados de la Comunidad Valenciana, utilizaron diferentes reactivos psicológicos, entre los que puede destacar la Escala de Autoestima, los resultados abordados fueron que el efecto de satisfacción con la vida del adolescente no se no tiene que ver con la victimización, pero la soledad ( $= .21$ ;  $p < .001$ ), los síntomas de depresión ( $= .14$ ;  $p < .001$ ) y la autoestima ( $= -.10$ ;  $p < .001$ ) tienen una relación estrecha entre la expansión en la escuela y la victimización. Por lo ya mencionado en lo que respecta a la popularidad o al perfil que se brinde en el contexto escolar y se tiene una relación directa con la producción de depresión en la escuela, frustración en la soledad y baja autoestima, quitándole la satisfacción de la vida. En conclusión los adolescentes que ansían un estatus alto con una buena reputación manejando adecuados pensamientos y autoestima en lo que respeta a la norma, lo que no ocurría con los adolescentes que mostraban lo contrario.

En la investigación de relación entre la reputación social, el ajuste psicosocial y la victimización en los adolescentes, se muestran que tienen una estrecha relación en la escuela y la victimización de aquellos que buscan un estatus alto.

Suárez, Melina y Coronado (2011), elaboraron una investigación sobre *“La autoestima en la población escolar del CUMCH”*, su objetivo principal fue identificar el estado de la autoestima de la población escolar del Colegio Universitario Marcelino Champagnat (CUMCH). Para esto se manejó como

instrumento el sondeo IAME (versión reducida y adaptada) certificado en la población de estudio, con un coeficiente alpha de 0.731. Los sujetos de estudio concurren todos los estudiantes de secundaria y preparatoria del Colegio Universitario Marcelino Champagnat, correspondiente al nivel socioeconómico medio y medio alto, ubicado en la delegación Tlalpan, Estado de México. Al terminar el estudio se llegó a la conclusión de que el número de estudiantes en condición de baja autoestima es alto (25.8%) y, considerando que este es un factor asociado a conductas de riesgo, se sugiere desarrollar un programa que promueva el mejoramiento de la autoestima.

Al identificar la autoestima de los estudiantes con baja autoestima con conductas de riesgo han de mejorar luego de la aplicación del programa dentro de la población escolar del colegio CUMCH.

Estévez, Martínez y Musito (2006) elaboraron una investigación sobre: *“La autoestima en adolescentes agresores y víctimas en la escuela”* con el objetivo de analizar las diferencias de tres grupos de adolescentes en respecto a autoestima. El primer grupo estuvo conformado por jóvenes con problemas de agresividad en su centro de estudio; el segundo por jóvenes que se atribuyen a sus similares ideas, el tercero por jóvenes que eran, en el momento violentos y victimizados dentro de su centro de estudio. Los jóvenes de estudio hubieron 965 adolescentes con edades percibidas entre los 11 y 16 años, estudiantes de cuatro instituciones de enseñanza de la Comunidad Valenciana. Al terminar el estudio se llegó a ratificar las constantes distinciones entre violentos y victimizados en la siguiente trayectoria: el grupo de los violentos muestra unas apreciaciones más realzadas en las dimensiones de autoestima social y emocional; el grupo de los victimizados muestra los mayores niveles de autoestima familiar y escolar; definitivamente, el grupo de los violentos, es el que presenta, en general, las evaluaciones más bajas en las cuatro dimensiones de autoestima analizadas en el estudio.

Luego de analizar las diferencias en la autoestima se identificaron los que mostraban elevadas dimensiones respecto a la autoestima social y emocional.



Garaidobil y Durá (2004), elaboraron su investigación titulada *“Relaciones del autoconcepto y la autoestima con la sociabilidad, estabilidad emocional y responsabilidad en adolescentes de 14 a 17 años”*; teniendo como objetivo analizar si existen diferencias en función del sexo en diversas medidas de la personalidad durante la adolescencia, estudiar las relaciones del auto concepto y la autoestima con cooperación, habilidades sociales, impresiones de felicidad y otras dimensiones de personalidad e identificar variables empleadas de auto concepto - autoestima. Los adolescentes de estudio fueron 322 de 14 a 17 años de edad. Se utilizaron 6 instrumentos para la evaluación, los cuales fueron: LAEA (Listado de Adjetivos para la Evaluación del Auto concepto en Adolescentes y Adultos), EA (Escala de Autoestima de Rosenberg), EC (Escala de Competitividad), MESSY (Escala de Evaluación de Habilidades Sociales en los Niños), CF (Cuestionario de Felicidad de Oxford) y TPT (Test de Personalidad de TEA). Al finalizar el estudio se concluyó en los jóvenes de ambos sexos con elevada auto concepto y alta autoestima de modo subsidiarios, presentan emociones de placidez, tolerancia al estrés, comprensión social, integración social, con gran entusiasmo de trabajar en grupo, con exigencias elevadas, alta asertividad, baja fogosidad, pocos revoluciones de dudas - aislamiento, bajo nivel de anomalía apasionada, poca preocupación y depresión.

En la diversidad, la personalidad del adolescente dentro de su autoestima, se muestran firmes emocionalmente, sociables y responsables.

### **Antecedentes nacionales**

Castro (2015) en su investigación sobre *“Identidad vocacional, claridad del autoconcepto y autoestima”*, en adolescentes cuya población fue de 182 estudiantes, entre edades de 14 y 18 años, concluyen que la autoestima elevada, muestra una mayor confianza, al contrario si hubiera una estimación negativa sobre sí mismo, produjera al adolescente a no tener seguridad en sus actos. Por otra parte, interferir en tareas de exploración habrá un deducción efectiva en la autoestima dirigido a una mejor comprensión sobre las propias capacidades y sobre su futuro. En los efectos sobre el sexo, los hombres presentan una alta capacidad para asumir un papel ante la colectividad, y comprometerse

intensivamente con un trabajo a través de la profesión, algo que no precisamente ocurrirá en el caso de las mujeres, debido a esquemas de géneros.

En consecuencia, dependerá mucho de la capacidad y de la seguridad en sus actos.

Díaz (2010) indicó en su investigación: *“Autoestima y rendimiento académico de los alumnos del tercer año de educación secundaria del I.E.E. José Granda del distrito de San Martín de Porres. Lima”*. La investigación tuvo como finalidad en establecer si existe o no existe la influencia de la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes del tercer año de nivel secundaria de la indicada institución en mención. Sus objetivos principales de la investigación fue determinar la relación entre la autoestima y el rendimiento escolar de los estudiantes. Aplicándose una muestra a 70 estudiantes del tercer año del nivel secundaria con el instrumento de evaluación de la autoestima. Cuyas derivaciones admite acceder a la hipótesis de la investigación, que sin duda existe influencia relevante de la autoestima en el rendimiento escolar de los alumnos del tercer grado del nivel secundaria. Se tuvo presente la influencia de factores externos y internos al estudiante que influyen directamente en el rendimiento escolar. Finalmente concluyeron que la aplicación del instrumento a sido tomada como un foco de constantes críticas poniendo en duda la evaluación obtenida donde demuestra el resultado de los aprendizajes de los estudiantes.

Al determinar la relación entre la autoestima y el rendimiento académico son los factores externos y internos que se muestran directa o indirectamente su influencia en el estudiante.

Garrido (1997), elaboró una investigación titulada *“Autoestima en adolescentes con bajo rendimiento escolar a través del psicodiagnóstico de Rorschach”*, con la finalidad de determinar si existen diferencias en la autoestima de los adolescentes con su bajo rendimiento, se tomaron a estudio a 60 adolescentes, entre 13 y 16 años de edad, de ambos sexos, con un Cociente Intelectual (CI) superior al promedio establecido, de los 30 presentan un bajo rendimiento escolar (Grupo de estudio) y 30 mostraron un satisfactorio

rendimiento escolar (grupo contraste). Se utilizó el test WISC-R para establecer el CI para evaluar la autoestima. Al terminar la investigación se concluyó que los resultados mostraron que existe una diferencia significativa dentro de la autoestima de los adolescentes con su bajo rendimiento académico.

## **1.2 Fundamentación científica, técnica y humanística de la variable independiente**

### **Programa Aceptándome tal como soy**

Green y Kreuter (1991) indicaron: “Los programas de educación se dirigen a las escuelas, a los hogares, y a las industrias, señalan que las comunidades que comparten cultura y tradiciones, comparten también la capacidad de sentir y asimilar los efectos de un programa de educación” (p.14).

El programa: “Aceptándome tal como yo soy” está constituida en un conjunto de ejercicios que tiene como finalidad en descubrir las habilidades intrapersonales e identificar su autenticidad entre lo que se piensa, se dice y lo que se debe hacer; en definitiva ser tal como es aceptando tal como piensa, siente y dice en correspondencia a su realidad, Cuando no aceptamos tal como es poniendo condiciones, le estamos forzando a traicionarse a sí mismo, a ponerse la máscara de una imagen falsa de lo que debe ser de su yo profundo.

El aceptarse tal como es va formando en el ser humano su autonomía, su responsabilidad para llevar las riendas de su propia existencia, el conocimiento de uno mismo lo mantendrá activo mirando hacia su interior, hacia sus potencialidades para superar las dificultades y lograr con mayor eficacia actuando con optimismo y confianza.

### **Definición conceptual del programa**

La visión de uno mismo en la aceptación tal como soy, influye de manera decisiva en las elecciones y tomas de decisiones, el sentido de nosotros mismos, nuestro auto concepto personal y de nuestra capacidad de ser competentes inteligentes y valerse por uno mismo, el respeto a sí mismo.

El programa: “Aceptándome tal como soy”, comprende como parte del proyecto educativo en mejorar la autoestima de los estudiantes desde la motivación, valores, relaciones interpersonales y familia, como componentes educativos.

Al respecto Branden (2010) afirmó que: “Es el estado de una persona que no está en guerra ni consigo misma ni con los demás, es una de las características más significativas de una autoestima sana”. (p. 20) Quiere decir, que una persona que posee una actitud calmada y que esté conforme con lo que es y hace tendrá una autoestima adecuada.

La base teórica de nuestro programa está el autoconocimiento y en la aceptación de la persona tal como es, con sus sentimientos y pensamientos con plena capacidad acerca de ellos mismos desde su interior va desarrollando y adoptando varias formas de pensamiento desde el diálogo interior y la valoración que se da a uno mismo.

Las estrategias en aceptándome tal como soy en relación con la variable de autoestima, se ha tratado de incluir actividades propias desde sus diversas habilidades positivas dentro del área de sí mismo, hogar, escuela y familia.

Las actividades a trabajarse se encuentran en la siguiente parte del programa con sus contenidos propias para la mejora de la autoestima.

En el anexo D aparece descrito el programa, con sus respectivos objetivos a desarrollarse, las fases o módulos descritas, su cronograma a ejecutarse, la metodología a emplearse, los recursos a utilizarse y las sesiones a desarrollar dentro del programa.

Larsen (2005) indicó que todas las actividades están dirigidas hacia las habilidades intrapersonales, autoestima, autoeficacia y autoconcepto, “Es una organización relativamente estable y perdurable del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona, lo cual determina su adaptación única al ambiente. Son formas la mayor parte del tiempo estables, características del individuo, de pensar, experimentar y comportarse” (p.49). Se infiere que todos poseemos diferentes tipos de personalidad, y somos responsables de moldearla

por hábitos emocionales, particularidades, gusto y deseos. Se deduce que todos tenemos diferentes tipos de autoestima y características, y cada uno somos responsables de moldearla por nuestros hábitos emocionales, en particularidades, gustos y deseos.

### **La descripción y la finalidad del programa “Aceptándome tal como soy”**

El programa ha sido desarrollado para 12 sesiones presenciales entre los meses de agosto, setiembre y octubre de 2016, con las siguientes fases:

Fase 1: Convocatoria a los padres y a los alumnos con el fin de presentarles el programa y pedir su colaboración.

Fase 2: Ejecución del programa: “Aceptándome tal como soy” para mejorar la autoestima.

Fase 3: Trabajo práctico para el desarrollo de las sesiones.

Fase 4: Evaluación del programa.

### **Sesiones del programa**

Las sesiones del taller se tomarán en cuenta lo siguiente:

Estimulando optimismo.

Finalidad: Promover en los estudiantes a pensar de forma optimista sobre sus deseos y aspiraciones.

Las cosas que me motivan.

Finalidad: Auto descubrir los motivos personales.

Las diferencias.

Finalidad: Fomentar el compañerismo y la diversión grupal.

Echando una mirada a mis valores.

Finalidad: Examinar y concebir los bienes innatos y de los restantes.

Que significado doy a los valores.

Finalidad: Explorar los diferentes valores que tienen en la vida

Ama a tu prójimo como a ti mismo.

Finalidad: Enseña a apreciar a los demás como a nosotros mismos.

Concepto positivo de sí mismo.

Finalidad: Expresar que si es factible manifestar verbalmente sus cualidades que poseen.

El juego de los voluntarios.

Finalidad: Ampliar comprensión y apreciación de las personas mas cercanas con quienes comparto.

Buscando almas gemelas.

Finalidad: Favorece el conocimiento de los miembros del grupo.

Mi árbol genealógico.

Finalidad: Crear mi árbol genealógico.

Sentimientos y familia.

Finalidad: Reconocer los sentimientos que se dan en la familia.

Derechos asertivos.

Finalidad: Explorar la auto afirmación, su alcances y límites.

### **Estrategias para la aplicación de un programa “Aceptándome tal como soy”**

Dentro de la experiencia educadora de la Iglesia, planteado por la iniciativa del Cardenal Joseph Cardijn (1882 – 1968) para la juventud obrera católica de Bélgica, en la primera mitad del siglo propuso la metodología del ver, juzgar y actuar para la enseñanza y evangelización católica.

A la luz de la doctrina social cristiana, del 15 de mayo, sugería la importancia del método ver-juzgar y actuar. Papa Juan XXIII (1961) en su carta encíclica: Mater et Magistra indicó al respecto:

“Es muy oportuno que se invite a los jóvenes frecuentemente a reflexionar sobre estas tres fases (ver juzgar y actuar) y a llevarlas a la práctica, en cuanto sea posible para llevar a la realidad concreta estos principios”. (p.58)

Esta metodología sobre la acción transformadora dentro de la evangelización de los fieles dentro de su entorno fue muy oportuno en renovar la fe y la vida de la Iglesia, tomándose en cuenta posteriormente en los documentos de Medellín la estructura de los tres momentos el ver, juzgar y actuar propuestos

como métodos para la enseñanza y la evangelización. Lo mismo sucedió en los de más encuentros en Puebla y Santo Domingo donde se reafirman asumiendo explícitamente para la evangelización juvenil y en el encuentro del primer congreso Latinoamericano de jóvenes en Cochabamba, se incorporó dos nuevos momentos: el revisar y el celebrar.

Saranyana (1996) indicó: “En este sentido, los tres verbos (ver, juzgar y actuar) coinciden con los tres actos de la virtud de la prudencia, tal como vienen en todos los manuales escolásticos, inspirados, en última instancia, en la *Summa theologiae* de Santo Tomás”. (p.81) La metodología se emplea según la disponibilidad y las circunstancias de un cambio de método que no deben de dramatizarse.

En la medida que sigue poniendo en ejecución los diversos grupos en situaciones y en circunstancias, que fueron variando dentro de las adaptaciones y enriquecimiento en la variedad hasta llegar a nuestra actualidad donde podamos reconocer en nuestra forma de vida, en nuestra espiritualidad, donde se manifiesta la presencia de Dios y que la testimoniamos nuestro compromiso personal.

Se manifiesta que el magisterio de Medellín, al igual en el Puebla, se elaboraron una reflexión pastoral desde el esquema del ver, juzgar y actuar, retomando una gran significación a la nueva luz de la teología contemporánea.

### **Estrategias metodológicas**

Se realizarán las estrategias diseñadas para la conducción de las sesiones de aprendizaje las cuales son:

#### **Ver**

El documento de Santo Domingo (1992) indicó: “Es la toma de conciencia de la realidad. Es partir de los hechos concretos de la vida cotidiana para no caer en suposiciones ni abstracciones, los conflictos presentes que generan y las consecuencias que se pueden prever para el futuro”. (p.119) nos permite tener una amplitud de visión general de nuestra realidad, para poder transformar desde los problemas que se presenten.

**Juzgar**

El documento de Santo Domingo (1992) indicó: “Es el momento de analizar los hechos de la realidad a la luz de la fe y de la vida, para descubrir lo que está ayudando o impidiendo para alcanzar su liberación integral”. (p.119) Exige un conocimiento cada vez más profundo del mensaje cristiano.

**Actuar**

El documento de Santo Domingo (1992) indicó: “Es el momento de concretizar en una acción transformadora lo que se ha comprendido acerca de la realidad. El Actuar impide que la reflexión quede en lo abstracto”. (p.119) todo depende de nuestra actitud como seres humanos en transformar desde la raíz los problemas que pueda aquejarse.

**Revisar**

El documento de Santo Domingo (1992) indicó: “Es el momento de la evaluación. Es tomar conciencia hoy de lo realizado ayer para mejorar la acción que se realizará mañana”. (p.119) el revisar nos permite expresar lo positivo y lo negativo, alegrarnos por los logros alcanzados la cual nos engrandece nuestra experiencia y nos renueva nuestro compromiso, es un momento donde se evalúa todo lo proyectado para ser restablecidos.

**Celebrar**

El documento de Santo Domingo (1992) indicó: “Lleva a la celebración gratuita y agradecida de la experiencia vivida”. (p.119) Es el momento de la alegría de celebrar el logro alcanzado a la luz de Dios, retomando nuestro compromiso de renovar, donde se fortalecerá nuestra fe dentro de la pasión y resurrección de nuestro Señor Jesucristo.



## **Fundamentación científica, técnica y humanística de la variable dependiente autoestima**

### **Definición de autoestima**

Coopersmith (1981) citado por Barrera (2012) mencionó:

Este nivel de autoestima implica un sentimiento de insatisfacción y carencia de respeto por sí mismo. Presentan un cuadro de desánimo, depresión y aislamiento, incapacidad de expresión y de defensa propia. Se observa también debilidad para hacer frente y vencer las deficiencias. En situaciones grupales el individuo se siente temeroso a provocar el enfado de los demás, mostrándose pasivo y sensible a la crítica. Además se observa sentimientos de inferioridad e inseguridad, creando envidia y celos por lo que otros poseen manifestando en actitudes de rechazo a los demás, en defensa, renuncia, depresión o agresividad. (p. 24)

Branden (1995) indicó: “La autoestima es entendida como la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa en la confianza en nuestra capacidad y en nuestro derecho a triunfar y a ser felices”. (p. 33) Nuestra naturaleza de autoestima está en nuestra mente en saber confiar que cada uno somos merecedores de nuestra propia felicidad.

La connotación de la persona desde sus valores y principios será consecuente consigo mismo sin temor ante los obstáculos que se le puedan presentárselas, obrando rectamente con plena capacidad de afrontar los problemas sin dejarse de amedrentar por los terceros.

Dentro de la autoestima reconocemos a la persona que tiene de sí mismo, desde su pensamiento, su reacción y desde su actuación sean positivas o negativas y esta actitud básica determinará el comportamiento, de su personalidad, es decir cuando uno afronta su realidad dentro de su experiencia personal en ser competente ante los retos que se le presentan en la vida en busca de su felicidad, buscando la confianza en sí mismo que va engrandeciendo

en nuestro caminar diario de la vida que experimentamos y que nos ayuda a desarrollar nuestra autoestima en salir adelante, en triunfar y ser victorioso cuando uno mismo se lo propone lograr.

### **Enfoques teóricos de la autoestima**

Maslow (1972) manifestó que: “El ser humano que se siente auto realizado, posee en su interior una fuerza a la unidad de la persona, hacia una expresividad espontánea, hacia una identidad e individualidad plena, hacia la contemplación de la verdad, y creatividad”. (p. 185) Dentro de los procesos de autoestima de la persona, muestra su integridad estructural desde su interior manifestada en su personalidad como tal.

Voli (1996) mencionó: “La persona que no ha adquirido suficiente seguridad, auto-concepto, integración, motivación y competencia desde la infancia, se evidencia lagunas en sus estrategias existenciales, ello le sirve al ser humano para determinar la calidad de modelo”. (p. 53) Toda persona requiere una seguridad de sí mismo, sus logros alcanzados contribuyen mucho en su personalidad para determinar su calidad de vida, en su imagen que restablece en su nivel de autoestima

Gades (1998), indicó: “La autoestima es la suma de la confianza y el respeto que debemos sentir por nosotros mismos y refleja el juicio de valor que cada uno hace de su persona para enfrentarse a los desafíos que presenta nuestra existencia”. (p. 30) La persona se acepta a sí mismo positivamente desde su identidad y va reflejada en su capacidad y confianza que uno tiene de sí mismo.

Al respecto, si una persona tiene confianza en sí mismo, tener su auto concepto bien determinada para afrontar las dificultades de la vida, teniendo en cuenta que la autoestima como eje principal para afrontar las dificultades y dar soluciones ante las situaciones conflictivas y los múltiples problemas o dificultades que dependerá mucho de lo que se proponga realizar, teniendo una actitud creativa, consciente de las habilidades de su competencia y confianza en sí

mismo que es su imagen personal que está influido en su experiencia significativa.

Milicic (2001) manifestó: “Incluye el sentimiento personal, de ser querido y apreciado por uno mismo y por los demás, supone el conocimiento de sí mismo, el aprecio por los propios intereses, la valoración de los éxitos y de las habilidades que son características de cada uno”. (p.15)

Las diferencias individuales tienen influencias considerables del propio conocimiento y su apreciación personal según las características.

Calero (2002) “Es la valoración que uno tiene de sí mismo, se desarrolla gradualmente desde el nacimiento, en función a la seguridad, cariño y amor que la persona recibe de su entorno”. (p.24) La persona a de darse cuenta de sus problemas que existe y aceptarlo como tal a de dar solución y si no está dispuesta, no habrá nada que realizar, necesariamente se ha de buscar la forma de resolverlo.

Vildoso (2003) manifestó: “La autoestima influye en el comportamiento, según la autoestima que tengamos expresa la alegría de estar vivo en su modo de hablar y de realizar, está abierto a las críticas y se siente cómodo admitiendo sus errores”. (p. 47)

Fischman (2000) indicó: “La autoestima supone, primero, ser conscientes de nuestros actos. Implica conocerse a sí mismo su personalidad. Así las personas que tienen una baja autoestima se sienten veces impedidos en avanzar en la vida”. (p. 21) Nuestro sentimiento valorativo de expresar de quienes somos, se configura en nuestra personalidad según como se encuentre nuestra autoestima para desarrollar las habilidades y la valoración sobre sí mismo en la aceptación y el aprecio dentro de nuestro comportamiento respecto a nosotros mismos, somos impulsados a actuar a seguir adelante hasta conseguir nuestro objetivo.

## **Dimensiones de la variable dependiente: Autoestima**

Brinkmann (1989) “El inventario de Autoestima de Coopersmith, corresponde a un instrumento de medición cuantitativa de la autoestima. como inventario consistente en 50 ítems referido a las percepciones del sujeto en cuatro áreas: a sí mismo, social, hogar y escuela”. (p. 64) Las personas capaces, responsables y dispuestas luchan hacia la superación personal teniendo confianza en sí mismos en sus propias actitudes y aptitudes para lograr sus objetivos propuestos desde diversas áreas.

### **Dimensión Área Si mismo**

La valoración de las habilidades y las responsabilidad de las propias acciones, presentarán de sí mismos a mayores aspiraciones favorables revelando la posibilidad de mantener una autoevaluación muy alta, en algunos casos podría ser baja reflejando su inestabilidad y/o su contradicción.

Coopersmith, citado por Válek (2007) indicó: “Los Niveles Altos indican valoración de sí mismo y mayores aspiraciones, estabilidad, confianza, buenas habilidades y atributos personales. Poseen consideración de sí mismo en comparación a otros, y deseos de mejorar”. (p.18)

Los niveles bajos reflejan sentimientos adversos hacia sí mismos, actitudes desfavorables de inestabilidad y contradicciones que mantienen constantemente actitudes negativas hacia sí mismo.

Un nivel promedio, revela la posibilidad de mantener una autovaloración de sí mismo muy alta pero en una situación dada, la evaluación de sí mismo podría ser realmente baja.

### **Dimensión Área Social**

La aceptación de sí mismo y la aceptación social están muy combinadas, se perciben a sí mismos como significativamente más populares donde establecen expectativas sociales de aprobación y de receptividad por parte de otras personas.

Coopersmith, citado por Válek (2007) indicó: “Cuando mayor es el nivel, el individuo posee mayores dotes y habilidades en las relaciones con amigos y colaboradores, así como relaciones con extraños en diferentes marcos sociales”. (p.20) El sentido de pertenencia y el vínculo con los demás, si su nivel de escala es alta, es por que presenta mucha seguridad y su mérito personal dentro de sus relaciones interpersonales, establece expectativas de aprobación, y si es baja presenta dificultades en reconocer o aceptar la convalidación social de encontrar la aprobación con una necesidad de auxilio por alguien que lo acepte.

### **Dimensión Área Hogar**

Coopersmith, citado por Válek (2007) indicó: “Los niveles altos revelan buenas cualidades y habilidades íntimas con la familia, se siente más considerado y respetado, comparten sus valores y aspiraciones, poseen concepciones propias acerca de los que está bien o mal dentro del marco familiar”. (p.25) Son considerados algunos aspectos como la relación íntima en la familia, dentro de sus valores, si es que presenta en una escala alta, tendrán buenas cualidades y habilidades, posee independencia y concepciones propias como lo positivo y lo negativo dentro del marco familiar, cuando manifiesta un nivel bajo, se considerará incomprendido en la cual se buscará mayor dependencia.

### **Dimensión Área Escuela**

Coopersmith, citado por Válek (2007) indicó: “Los niveles altos significan que afronta adecuadamente las principales tareas en la escuela, posee buena capacidad para aprender, trabajan más a gusto tanto en forma individual como grupal, alcanzan rendimientos académicos mayores de lo esperado, son competitivos”. (p.26) son considerados por tener la capacidad para afrontar sus propios logros planificados en alcanzar la meta sea desde lo individual o grupal,

en general son competitivos cuando muestra su característica de alto nivel, y si es negativa, es por falta de interés y se da por vencido cuando algo le sale mal y no se muestra competitivo.

### **La importancia de la autoestima**

Coopersmith (1967) indicó: “La autoestima es importante porque condiciona el aprendizaje en los Alumnos que tienen una autoimagen positiva, les facilita su superación de sus dificultades personales sintiéndose con mayor capacidad para enfrenar sus fracasos”. (p. 67) Es el sentimiento que damos valor a nuestro ser, con nuestros rasgos corporales, mentales y espirituales dentro de la valoración de sí mismo, aceptándose tal como yo soy y el concepto que tengo de mí mismo. Sin duda, nos condiciona el aprendizaje, nos facilita nuestra superación a las dificultades personales, nos apoya a nuestra creatividad, determina nuestra autonomía personal y nos posibilita hacia una relación social saludable y la suma de confianza y el respeto por uno mismo.

Vernieri (2006) indicó: “Cuanto más alta es la autoestima que los estudiantes tienen de sí mismos; mejor es su calidad de vida; tratan con respeto y solidaridad; tienden a establecer relaciones positivas y enriquecedoras, de ser creativos y autónomos”. (p. 50) La valoración positiva o negativa indica a la persona misma desde su reacción, en afrontar sus desafíos como merecedor de su felicidad que se desarrolla gradualmente desde el juicio personal de su dignidad relacionada con las experiencias vitales, traducida en la confianza y seguridad de uno mismo.

Vernieri (2006) manifestó: “Algunos estudiantes abandonan cuando se enfrentan a tareas difíciles lo que con frecuencia, atribuyen sus éxitos a sus esfuerzos, o a la facilidad de la tarea y sus fracasos a la falta de capacidad”. (p. 198) El desarrollo de nuestra autoestima es importante en todas las épocas de la vida, de manera especial en la formación del niño y del adolescente, en el hogar y en la escuela donde aprenden más eficazmente de moldear su conciencia para ingresar a una vida adulta con buenos cimientos para lograr una vida productiva y satisfactoria. De ahí la importancia como lo indicó Bonet (1994) “un autoconocimiento sensato y sanamente autocritico como base imprescindible para

conocer y reconocer tanto lo positivo como lo negativo de los rasgos de nuestro carácter y de nuestras conductas”. (p. 47) La autoestima constituye una base fundamental de la personalidad, donde uno actúa independientemente asumiendo sus responsabilidades, afrontando retos, demostrando su amplitud de emociones y sentimientos.

Branden (1995) mencionó: “La autoestima es la experiencia fundamental de llevar una vida significativa, en la confianza en nuestra capacidad de pensar y enfrentar los desafíos básicos de la vida, en alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos”. (p. 35) La conciencia de la persona dentro de su formación personal dependerá mucho del desarrollo del aprendizaje, donde va adquiriendo una buena autoestima con la capacidad de solucionar los conflictos interpersonales interiorizando los valores y las normas.

Barrera (2012) indicó: “Los alumnos que tiene una autoimagen positiva de sí mismo se hallan en mejor disposición para aprender, facilita la superación de las dificultades personales, apoya la creatividad, determina la autonomía personal y posibilita una relación social saludable”. (p. 22) Los estudios sobre autoestima en estudiantes han demostrado y exteriorizado su influencia dentro del logro académico desde su propio concepto.

Así mismo el mencionado autor Barrera (2012) indicó:

La autoestima es la fuente de la salud mental y tiene grandes efectos en sus pensamientos, emociones, valores y metas, radica en la manera en que una persona se desenvuelve en su entorno social. La autoestima de una persona es muy importante porque puede ser el motor que la impulse a triunfar en la vida, no en el plano económico sino en el terreno de lo personal; o hacer que se sienta verdaderamente mal aún a pesar de que parezca que lo tiene todo. Los niños que tienen un fuerte sentido de su propia valía son físicamente más sanos, se encuentran más motivados para aprender y progresan mejor. Tienen una mayor tolerancia a la frustración y son más seguros de sí mismos. (p. 22)

## **Tipos de autoestima**

Los tipos que la autoestima tenga en una persona determina su realización individual, esta permitirá conseguir sus logros y alcanzar sus objetivos, tenemos en consideración en las siguientes características:

### **Autoestima alta**

Coopersmith, citado por González (2001) mencionó: “Las personas con alta autoestima mantienen imágenes constantes de sus capacidades y/o habilidades, desempeñan un rol más activos en sus grupos sociales, expresan sus puntos de vista con frecuencia y afectividad”. (p. 40)

La persona con alta autoestima manifiesta que vive, reflexiona sobre su integridad, sobre su honestidad y responsabilidad, manifiesta que es importante tener la confianza en sí mismo en su totalidad.

Cuando un adolescente muestra tener una buena autoestima en lo que hace, piensa y siente, muestra que actúa con responsabilidad e independencia, se plantea nuevos retos, valora positivamente las cosas que hace y tiene un orgullo por los logros alcanzados y se siente a gusto a sí mismo, tiende tener mayor control y no deja de plantear dar una respuesta, se muestra comunicativo y se manifiesta muy satisfecho.

Una persona establecerá su imagen desde su potencialidad el dominio de sus emociones y desde su calidad de vida con alto grado de autoestima, con una capacidad de sobreponerse con asertividad ante las cosas negativas o problemas con unas metas dignas y exigentes.

### **Autoestima baja**

La baja autoestima se manifiesta en lo mínimo que tiene una persona.

Coopersmith, citado por Barrera (2012) mencionó:

Este nivel de autoestima implica un sentimiento de insatisfacción y carencia de respeto por sí mismo. Presentan un cuadro de desánimo, depresión y aislamiento, incapacidad de expresión y de defensa propia. Se observa también debilidad para hacer frente y



vencer las deficiencias. En situaciones grupales el individuo se siente temeroso a provocar el enfado de los demás, mostrándose pasivo y sensible a la crítica. Además se observa sentimientos de inferioridad e inseguridad, creando envidia y celos por lo que otros poseen manifestando en actitudes de rechazo a los demás, en defensa, renuncia, depresión o agresividad. (p. 24)

La persona con baja autoestima, piensa que vale poco o no vale nada, produce un sentimiento de subordinación y timidez en las relaciones interpersonales, sin duda tiene sus consecuencias en la depresión, ausencia de un amor propio y su insatisfacción consigo mismo, generalmente presenta con signos de agresividad o de violencia, afrontan situaciones difíciles y son muy pobre su valoración a sí mismos, no se plantean metas a lograr, es necesaria encaminar hacia un especialista para evitar consecuencias negativas o graves, puede provocar ansiedad o miedo, sin llegar a comprender que cada persona es diferente e irrepetible, suelen ser inseguros y desconfían de sus facultades, negándose tomar decisiones por miedo a equivocarse.

Algunos aspectos mucho dependen de la influencia de la familia y la personalidad no solo se forma en la familia, sino dentro de las relaciones externas dentro de la sociedad

### **Autoestima relativa**

Feldman (2012) indicó: "Oscila entre sentirse apta o no, valiosa o no, que se acepte o no como persona. Tales incoherencias se pueden encontrar en personas, que a veces se sobrevaloran, revelando una autoestima confusa". (p.45) La imagen que uno va realizándose, la realiza a través de las relaciones que va desarrollando dentro de su proceso de sí mismo, valorándose desde su autoestima, definiendo lo mucho que busca para su vida.

Una persona con autoestima limitado, manifiesta que no tiene una autoestima definida, se encuentran muy confusas, no saben que es lo que quieren para su vida, tiene dificultades en expresar sus sentimientos dando poca importancia de sí mismo, sin temor ante los cambios y críticas ante sus propias acciones.

## **Construcción de la autoestima**

Nuestra autoestima se va cimentando precedentemente en el nacimiento de la persona humana, que desde la familia juega un componente indispensable que se desarrollará durante el transcurso de la vida paulatinamente.

Rodriguez (2004) mencionó:

El concepto que tenemos de nuestra valía se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos recogemos durante nuestra vida: creemos que somos inteligentes o “tontos”, nos gustamos o no. Los millares de impresiones, evaluaciones y experiencias reunidos se conjugan en un sentimiento positivo hacia nosotros mismos o, por el contrario, en un sentimiento de no ser lo que esperábamos.

La autoestima se construye a lo largo de la vida. El aspecto personal de un niño tiene un valor para sus padres y entorno inmediato y van a contribuir al auto percepción que ese niño tenga de sí mismo.

Pero es en los primeros años con la experiencia de socialización, cuando los padres enseñan a sus hijos qué conductas son aceptables, cuáles son perjudiciales, reprochables, peligrosas y lo enseñan a través de la aprobación o el rechazo, del premio o el castigo.

Durante los años escolares, los niveles de autoestima se ven afectados aún más por la adquisición de habilidades y de competencia, especialmente en el desempeño escolar, en las relaciones de amistad y en los deportes. Durante estos años, la autoestima se ve profundamente afectada por los éxitos y los fracasos en estas tres áreas de la vida del niño. (p. 45)

La autoestima dentro del individuo es multifacético, multidimensional que alude hacia una actitud de uno mismo, demostrando su aceptación de uno mismo,

reconociendo sus habilidades especiales, en su seguridad dentro de sus relaciones sociales, muestran lo positivo en lo académico con mucha confianza.

En el comportamiento se muestran lo que es real desde su estado de ánimo, modo de expresarse, en sus modales y en su facilidad de movimiento, son capaces de hablar de sus logros y fracasos, virtudes y defectos, de su experiencia vivida que deber ser orientadas y estructuradas hacia el fortalecimiento positivo.

### **Causas y efectos de la autoestima:**

La autoestima está poco motivada e interesada en aprender desde las posibilidades de lograr un éxito, valorando y dando mayor importancia y confianza en sí mismo.

Laporte (2012) mencionó: “La autoestima puede disminuir o aumentar debido a múltiples sucesos relacionados con la familia, la escuela, la comunidad y el universo. Las experiencias negativas y el miedo pueden bajar la autoestima; los éxitos, las buenas relaciones y el amor pueden aumentarla”. (p. 26) La valoración se traduce en la percepción de sí mismo sea en un sentimiento positivo o negativo, mostrándose capaz de enfrentar desde las diferentes situaciones, incluyendo las capacidades intelectuales y su dimensión ética. Así mismo menciona el referido autor: “El hogar y la escuela deben convertirse en espacios agradables donde el alumno se sienta bien y estimulado a reflexionar y actuar. Y es tarea de los familiares, maestros y directivos crear estos espacios y conducir, con ternura y amor las actividades del alumno”. (p. 26)

Los resultados determinan la capacidad y las competencias de la personalidad, sus expectativas de realización, la aptitud, la motivación, sin originar una baja autoestima como consecuencia que pudieran ocasionar consecuencias graves que desencadenan una serie de problemas personales.

## **1.3 Justificación**

### **Justificación legal**

Jourard y Landsman (1987) “Es aquello que se considera como verdad, lo cual a su vez es influido poderosamente que es real e importante, pueden influir en la

manera de pensar, percibir, asignar significado y valor que tal vez se pierda la propia perspectiva". (p.36) Esas personas consideradas como importantes, podrían invalidar los juicios propios de la realidad y parte de esa realidad es la persona misma. En este sentido en la autoestima, es frecuente que los signos y síntomas psicológicos se generalicen hasta equilibrarla confiando en la capacidad por lo que pensamos, sentimos y hacemos, dentro de su conducta consciente y coherente desde sí mismo expresados en la conducta individual.

### **Justificación teórica**

La autoestima está direccionada en la identidad de la persona, quienes afirman a las interrogantes sobre su personalidad, enfocada en los retos planteados para triunfar, inquebrantablemente basada en el discernimiento alterno de Dios, donde cada persona individualmente se valora y evalúa a sí misma desde su conocimiento hasta tomar decisiones para su futuro y favorecer el sentido de su propia identidad, si somos realmente hijos de Dios, somos sus mensajeros, nos revestimos de instrumentos para afrontar los obstáculos que el mundo nos presenta.

Tratando de profundizar estas ideas Coopersmith (1976), señaló que: "La autoestima es la evaluación que el individuo hace de sí mismo expresando una actitud de aprobación o desaprobación e indica la extensión en la cual el individuo se cree capaz, significativo y exitoso". (p.69) los mecanismos psicológicos van relacionando con la seguridad emocional, que determinaran las necesidades básicas.

La dinámica de nuestra vida en la actualidad, nos muestra la deshumanización de nuestro mundo vinculada con la evolución tecnológica en contribución al desarrollo integral del ser humano en lo afectivo, cognitivo y conductual.

### **Justificación práctica**

Las motivaciones prácticas son ingredientes que se encuentran presentes dentro del desarrollo de la vida, como elementos que influyen y que son inherentes dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje, los valores nos regulan y nos

orientan hacia la rectitud de nuestras actitudes que representarán la calidad en interacciones personales y sociales desde nuestra perfección durante la formación de la autoestima.

La evidencia de los estudios consultados, muestran a aquellos estudiantes que lograron participar de un programa lograron superar hacia una autoestima superior, mostrándose un desempeño académico muy exitoso, precedido por las motivaciones en la ejecución de los aprendizajes.

### **Justificación metodológica**

Branden (1998) indicó:

“La autoestima es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus métodos de aplicación, más concretamente, podemos decir que es: (a) La confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida. (b) La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices”. (p. 26)

La ventaja sobre las nociones de aprendizaje obedecen a replantearnos para superar los conflictos personales en la atención y concentración necesaria para reafirmar su competitividad, creatividad y originalidad desde su responsabilidad asegurada en sí mismo .

Por ello, debe formularse y ejecutarse con base en las exigencias y necesidades no sólo del marco legal de la educación, sino en correspondencia con la realidad de nuestros estudiantes en articulación desde las diferentes áreas, programando a futuro las necesidades de la sociedad actual y aprovechando las tecnologías que forman parte de su vida cotidiana

### **1.4 Formulación del problema**

En el proceso educativo la personalidad y la identidad, toman un papel importante ya que se trata de cómo motivar e incentivar a los niños para elevar la autoestima de modo que ellos puedan captar de mejor manera el aprendizaje que se les proporciona.

Coopersmith (1967) manifestó: “La autoestima es la evaluación que la persona realiza y que habitualmente mantiene en relación a sí misma; expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica hasta qué punto la persona se considera capaz, importante, con éxito y digna”. (p. 67) La autoestima es el grado donde el individuo se considera así mismo viendo su capacidad, sus éxitos y su valoración caracterizada por el amor de uno mismo como tal desde su vivencia será el centro y soporte de la vida afectiva.

El producto de una expresión consiente y reflexiva en relación a sí misma de cada persona se puede entender desde una facultad intrínseca encaminadas en conducir y sobrellevar nuestra vida, dependerá en qué medida nos sentimos queridos, valorados y aceptados por los demás.

En la autoestima se va adquiriendo de los resultados de las experiencias durante su existencia, dejando una huella en la persona desde los primeros años de nuestra vida, no nacimos con una autoestima establecida, desde la infancia nos vamos formando, construyendo y desarrollando de forma distinta en nuestro medio. Una vez cuando llega a alcanzar una autoestima positiva, se necesitará una actitud de confianza y tener la seguridad de sí mismo, valorando a los demás tal como son, esta nos determina nuestro comportamiento.

En la I.E. N° 6091 César Vallejo de Chorrillos Lima, en estudiantes de primero de secundaria nos hemos encontrado con este problema, ya que existe una gran cantidad de estudiantes con baja autoestima las razones son variadas, una de las causas es la despreocupación de los padres y el efecto que acarrea es que los niños presentan autoestima baja, ya que en varios de los casos son los propios padres en el hogar los que no están pendientes de sus hijos y no les importa en lo más mínimo el desarrollo cognitivo e intelectual del niño, ya sea por ignorancia o porque les cuesta reconocer que tienen una baja autoestima porque ellos sienten el poco afecto que les demuestran, se buscará incentivar la importancia para toda la comunidad educativa que este problema afecta directamente a los niños que presentan una autoestima baja y afecta en su proceso de integración en el aula. Dentro del campo educativo nos parece importante y novedoso investigar ya que los miembros de la institución educativa no han dado mayor importancia a este problema se debe considerar desde las

estrategias didácticas motivacionales jugarán un papel muy importante en mejorar su autoestima en cada estudiante.

Los problemas se ven reflejados durante su proceso de enseñanza aprendizaje ya que les cuesta un poco adaptarse, porque es un cambio muy fuerte la integración, y más aun cuando el niño sienta el rechazo por parte de los compañeros por no ser normal o por no realizar las mismas actividades que ellos lo hacen, lógicamente los niños se aíslan dentro del salón de clases y no les gusta participar ni interactuar con los demás y para ellos les es difícil relacionarse con los demás, y como docentes debemos buscar y utilizar estrategias de integración para que dentro del grupo no exista desintegración; Con este trabajo de investigación los beneficiados serán los estudiantes, maestros, padres de familia, del estudio realizado y la aplicación de un programa: “Aceptándome tal como soy” para mejorar la autoestima, mediante talleres conformada en cuatro módulos y cada módulo con tres sesiones y la metodología a aplicarse es la de Santo Domingo que consta de cinco fases: Ver: Auscultar con la realidad, explorar saberes previos, vincular el aprendizaje a lograr con su realidad. Suscitar una actitud crítica y reflexiva. Conflicto cognitivo. Juzgar: Iluminar el aprendizaje a lograr, elaborar los nuevos aprendizajes de manera interactiva. Confrontar los contenidos con la realidad personal y social. Actuar: Compromiso con el cambio de vida, consigo mismo y con los demás. Revisar: Se clarifican dudas y se realiza el conocimiento meta cognitivo. Celebrar: Agradecimiento a Dios por todos los dones recibidos, por tales motivos hemos llegado a plantearnos la siguiente interrogante.

### **Problema General**

¿Cuál es el efecto del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016?

### **Problemas Específicos**

¿Cuál es el efecto del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima en el Área de sí mismo de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016?

¿Cuál es el efecto del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima en el Área Social de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016?

¿Cuál es el efecto del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima en el Área Hogar de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016?

¿Cuál es el efecto del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima en el Área Escuela de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016?

## **1.5 Hipótesis**

### **Hipótesis General**

La aplicación del programa: “Aceptándome tal como soy” mejora en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

### **Hipótesis Específicas**

La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora en la autoestima del Área de sí mismo de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora en la autoestima del Área social de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora en la autoestima del Área hogar de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora en la autoestima del Área escuela de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016



## **1.6 Objetivos**

### **Objetivo General**

Determinar el efecto del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

### **Objetivos Específicos**

Determinar el efecto del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área de sí mismo de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

Determinar el efecto del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área social de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

Determinar el efecto del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área hogar de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

Determinar el efecto del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área escuela de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

## **II. Marco metodológico**

## **2.1 Variables**

### **Definición conceptual de variables**

#### **Definición de la variable independiente “Aceptándome tal como soy”**

Aceptarse a uno mismo: nos define nuestra personalidad con nuestras cualidades, éxitos y fracasos donde la autoestima constituye el núcleo básico de la personalidad en los estudiantes, nuestra confianza nos da la seguridad de sentirnos competentes para desarrollar al máximo nuestras capacidades y habilidades que nos llevará a reaccionar positivamente frente a nuestros errores, frustraciones y críticas de los demás.

Por tales razones he considerado el desarrollo de un programa denominada “Aceptándome tal como soy”, para mejorar la autoestima, mediante unas sesiones de aprendizaje, con estrategias metodológicas de Santo Domingo (1996) dimensionó: Ver, juzgar, actuar, revisar y celebrar.

#### **Definición de la variable dependiente: Autoestima**

La autoestima es el conjunto de creencias y valores que tenemos sobre nosotros mismos (actitudes de nuestro comportamiento) presentadas en nuestras experiencias, habilidades y capacidad que tenemos que afrontar los retos y dificultades que la vida nos presenta.

Branden (1995) indicó: “La autoestima es el concepto que tenemos de nosotros mismos, no es algo heredado, sino aprendido de nuestro alrededor, mediante la valoración que hacemos de nuestro comportamiento y de la asimilación de que tengamos de los demás “. (p.43) La valoración que se dan a las persona es una parte fundamental que se da en todos las ideologías, emociones, impresiones y costumbres que van acumulando durante la vida, cumpliendo un papel importante en el éxito, la satisfacción de las personas.

Coopersmith (1967) indicó: “Las personas con alta autoestima mantienen imágenes constantes de sus capacidades y/o habilidades, desempeñan un rol más activos en sus grupos sociales, expresan sus puntos de vista con frecuencia y afectividad”. (p. 67) Es importante la autoimagen positiva, porque facilita la superación de sus dificultades renovando su capacidad para enfrenas sus fracasos y frustraciones.

## **2.2 Operacionalización de variables**

### **Definición operacional**

**Variable independiente: Aplicación del programa “Aceptándome tal como soy”**

Conjunto de estrategias planificadas en la aplicación del programa aceptándome tal como soy, para medir la variable dependiente.

El programa ha sido elaborado para 12 sesiones presenciales, entre los meses de agosto, setiembre y octubre de 2016, siguiendo las fases que se señalan a continuación:

Fase 1: Convocatoria a los padres y a los alumnos con el fin de presentarles el programa y pedir su colaboración.

Fase 2: Ejecución del programa: “Aceptándome tal como soy” para mejorar la autoestima.

Fase 3: Trabajo práctico para el desarrollo de las sesiones.

Fase 4: Evaluación del programa.

Las sesiones presenciales se han de realizar con una periodicidad aproximada de doce días. La duración de las sesiones será de una hora pedagógica.

Antes de comenzar cada sesión, los materiales se han adaptado en función de los participantes, De tal forma que los estudiantes puedan contar, en todo momento, con el material de cada sesión, convenientemente adaptado a sus necesidades.

El trabajo a realizarse en las sesiones presenciales será complementado con actividades individuales que los estudiantes puedan realizarlo y poner en práctica en su domicilio y/o escuela.

En el cronograma a ejecutarse se pueden observar las fechas en las que se han de desarrollar las sesiones y los contenidos tratados en las mismas.

**Tabla 1***Matriz de operacionalización de la variable “Aceptándome tal como soy”*

Metodología	Indicadores	(Talleres como matriz de operacionalización)
VER	Auscultar con la realidad.	1. Estimulando optimismo.
	Explorar saberes previos.	Finalidad: Promover en los estudiantes a pensar de forma optimista sobre sus deseos y aspiraciones.
	Vincular el aprendizaje a lograr con su realidad.	2. Las cosas que me motivan.
	Susitar una actitud crítica y reflexiva. Conflicto cognitivo.	Finalidad: Auto descubrir los motivos personales.
JUZGAR	Iluminar el aprendizaje a lograr. Elaborar los nuevos aprendizajes de manera interactiva. Confrontar los contenidos con la realidad personal y social.	3. Las diferencias.
		Finalidad: Fomentar el compañerismo y la diversión grupal.
		4. Echando una mirada a mis valores.
		Finalidad: Explorar y entender los valores propios y de los demás.
ACTUAR	Compromiso con el cambio de vida, consigo mismo y con los demás.	5. Que significado doy a los valores.
		Finalidad: Explorar los diferentes valores que tienen en la vida.
		6. Ama a tu prójimo como a ti mismo.
		Finalidad: Enseña a apreciar a los demás como a nosotros mismos.
REVISAR	Se clarifican dudas y se realiza el conocimiento meta cognitivo.	7. Concepto positivo de sí mismo.
		Finalidad: Demostrar que sí es aceptable expresar oralmente las cualidades positivas que se poseen.
		8. El juego de los voluntarios.
		Finalidad: Desarrollar sensibilidad y percepción acerca de las demás personas y del mundo en torno a mí.
CELEBRAR	Agradecimiento a Dios por todos los dones recibidos.	9. Buscando almas gemelas.
		Finalidad: Favorece el conocimiento de los miembros del grupo.
		10. Mi árbol genealógico.
		Finalidad: Crear mi árbol genealógico.
		11. Sentimientos y familia.
		Finalidad: Reconocer los sentimientos que se dan en la familia.
		12. Dar y recibir afecto.
		Finalidad: Explorar la auto afirmación, su alcances y límites.

*Nota:* Santo domingo (1996)

## Definición operacional

### Variable dependiente: Autoestima

**Tabla 2**

*Matriz de operacionalización de la variable "Autoestima"*

Dimensiones		Indicadores	Número de ítems	Escala de medición	Niveles y rangos
Área de sí mismo	Yo genera		1-26	No= 0	Bajo (0-16)
				Si=1	Medio (17-33)
					Alto (34-50)
Área social	Coetáneos de yo social		27-34	No= 0	Bajo (0-16)
				Si=1	Medio (17-33)
					Alto (34-50)
Área hogar	Hogar padres		35-42	No= 0	Bajo (0-16)
				Si=1	Medio (17-33)
					Alto (34-50)
Area escuela	Academia escolar		43-50	No= 0	Bajo (0-16)
				Si=1	Medio (17-33)
					Alto (34-50)
Total de autoestima			1 - 50	No= 0	Bajo (0-16)
				Si=1	Medio (17-33)
					Alto (34-50)

*Nota:* Coopersmith (1967)

### 2.3 Metodología

Método hipotético deductivo al respecto Bernal (2010) indicó: “El método hipotético deductivo consiste en un procedimiento que parte de unas aseveraciones en calidad de hipótesis y busca refutar o falsear tales hipótesis, deduciendo de ellas conclusiones que deben confrontarse con los hechos”. (p.60)

### 2.4 Tipo de Investigación

El enfoque de investigación es Experimental con manipulación de la variable independiente, porque a través de los resultados numéricos se determinó las características del efecto de la variable independiente sobre dependiente, se centró en aspectos observables de cuantificación, con metodología analítica y uso de pruebas estadísticas.

Tipo aplicada, de acuerdo con Bernal (2010). Es una investigación donde el investigador actúa conscientemente sobre el objeto de estudio, en tanto que los objetivos de estos estudios son precisamente conocer los efectos de los actos producidos por el propio investigador como mecanismo o técnica para probar sus hipótesis.

### 2.5 Diseño

El estudio plantea como estrategia, el diseño Cuasi experimental para corroborar los efectos de la variable independiente sobre la variable dependiente.

Bernal (2010) expresa que el diseño pre experimental se diferencian de los diseños cuasi experimentales verdaderos porque en aquéllos el investigador ejerce poco o ningún control sobre las variables extrañas, los sujetos participantes de la investigación se pueden asignar aleatoriamente al grupo; El diseño de la presente investigación se expresa en el siguiente diseño:

- RG1 : Grupo experimental
- RG2 : Grupo de control
- O1 : Preprueba del experimental
- O2 : Posprueba grupo experimental
- X : Tratamiento experimental

## 2.6 Población, muestra y muestreo

### Población

La población estuvo constituida por 1150 Estudiantes del nivel inicial, primaria y secundaria de la Institución Educativa N° 6091 de la UGEL N° 07 San Borja - Chorrillos. 2016

**Tabla 3**

*Población de estudio*

Grado	Estudiantes	Población
Primero de secundaria	A, B y C	95
Segundo de secundaria	A, B y C	85
Tercero de secundaria	A, B y C	73
Cuarto de secundaria	A y B	72
Quinto de secundaria	A y B	52
Total	VI y VII Ciclo	437

### Muestra

Hernández (2014) “La muestra es un subgrupo de la población de interés sobre el cual se recolectan datos, y que tiene que definirse o delimitarse de antemano con precisión, éste deberá ser representativo de dicha población” (p.173)

El muestreo fue no probabilístico.

Mi muestra consiste en 60 estudiantes, 30 estudiantes considerados en grupo control y 30 estudiantes en grupo experimental.

**Tabla 4**

*Muestra del estudio*

Institución Educativa	Grupo	Secciones	N° Alumnos	Varones	Mujeres
6091 Cesar Vallejo	Experimental	C	30	11	19
Primero de secundaria.	Control	B	30	7	23
TOTAL			60	18	42



## **Muestreo**

No existe el criterio de que todos los sujetos tengan la misma posibilidad para ser elegidos para formar parte de la muestra, ya que en este tipo de muestreo hay uno o más criterios de decisión por parte del investigador, para que un determinado sujeto pueda o no formar parte del estudio.

La muestra de la investigación es NO PROBABILISTICO, está constituida por 30 estudiantes de ambos sexos, pertenecientes al primer año de secundaria de la I.E. N° 6091 “César Vallejo” de Chorrillos. “La muestra ha sido obtenida a través de un muestreo no probabilístico intencional; en el muestreo no probabilístico el criterio subjetivo del investigador interviene para seleccionar que unidades de la población constituirán la muestra”. (Bejarano L., Mormontoy, L. & Tipacti, C., 2006, p. 75).

Los criterios de inclusión y exclusión que serán considerados para la delimitación poblacional son los siguientes:

Criterios de Inclusión:

Estudiantes de primero de secundaria secciones B y C de la Red 09 Ugel 07 San Borja.

Criterios de Exclusión:

Estudiantes de primero de secundaria de la sección A de la Red 09 Ugel 07 San Borja.

## **2.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Técnica: Experimentación.

La encuesta: Instrumento para medir la Autoestima.

### **Ficha técnica:**

Nombre: Inventario de autoestima versión escolar.

Autor: Coopersmith, S.

Año: 1967.

Lugar : Chorrillos.

Objetivo: Determinar la influencia del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

Administración: Colectiva.

Tiempo de duración: 15 minutos aproximadamente.

Contenido: El inventario de autoestima original de Coopersmith forma escolar es un test de personalidad de composición verbal, impresa, homogénea y de potencia. La prueba está constituida por 50 afirmaciones, con respuestas dicotómicas, ítems verdadero - falso que exponen información acerca de las características de la autoestima a través de la evaluación de cuatro sub escalas y una escala de mentiras: Área Si mismo (SM) con 26 Items, Área Social (SOC) con 8 Items, Área Hogar (H) con 8 Items, Área Escuela (SCH) con 8 Items, es decir se mide la autoestima personal con estos aspectos.

La escala y el índice respectivo para este instrumento son como sigue:

NO (0)

SI (1)

**Tabla 5.**

*Escala y baremos de la variable: autoestima*

General	Cuantitativo				Cualitativo
	Dim1	Dim2	Dim3	Dim4	
34-50	18-26	6-8	6-8	6-8	Alto
17-33	9-17	3-5	3-5	3-5	Medio
0-16	0-8	0-2	0-2	0-2	Bajo

## Validación y confiabilidad del instrumento

### Validez

**Tabla 6**

*Resultados de validación de la variable independiente*

Apellidos y Nombres	Valoración
Mg. Carhuapoma Guerrero, Abraham	Muy alto
Mg. Merma Cruz, Eleuterio Elías	Muy alto
Dra. Cadenillas Albornoz, Violeta	Muy alto

Descripción: Existe suficiencia en la aplicación de mi instrumento.

**Tabla 7**

*Resultados de validación por juicio de experto del instrumento para evaluar la variable independiente*

Apellidos y Nombres	Valoración
Mg. Carhuapoma Guerrero, Abraham	Muy alto
Mg. Merma Cruz, Eleuterio Elías	Muy alto
Dra. Cadenillas Albornoz, Violeta	Muy alto

Descripción: Hay suficiencia por el juicio de expertos y altamente valorativo.

### Confiabilidad de los instrumentos

La confiabilidad del presente trabajo de investigación se realizó mediante prueba de confiabilidad de alfa de Cronbach para estimar la consistencia interna del cuestionario. Para establecer la confiabilidad del instrumento se aplicó una prueba piloto a una muestra de 30 (estudiantes), cuyas características eran similares a la población examinada. Obtenido los puntajes totales se calcula el coeficiente Alfa

de Cronbach para medir la confiabilidad Inter-elementos del respectivo cuestionario.

*Confiabilidad de la variable autoestima*

Se aplicó KR- 20: 
$$Confiabilidad = \frac{50}{50-1} \left[ 1 - \frac{9.2}{133} \right] = (50/49) (1 - 0,07) = (1,02) (0,93) = 0,95$$

Interpretación: La confiabilidad de la autoestima presenta una confiabilidad muy alta con un valor de 0,95 puntos.

## **2.8 Método de análisis de datos**

Los resultados de la prueba de Kolmogorov – Smirnov; tiene como resultado que el puntaje total no se aproxima a una distribución normal ( $p < 0.05$ ), debido a estos resultados se debe utilizar estadística no paramétrica: Test U de Mann-Whitney aplicada a dos muestras independientes.

## **2.9 Consideraciones éticas**

Se solicitó al Sr. Director de la I.E. 6091 “César Vallejo”, la autorización de la investigación y la entrega del consentimiento informado para la realización de las sesiones dentro del programa.

### **III. Resultados**

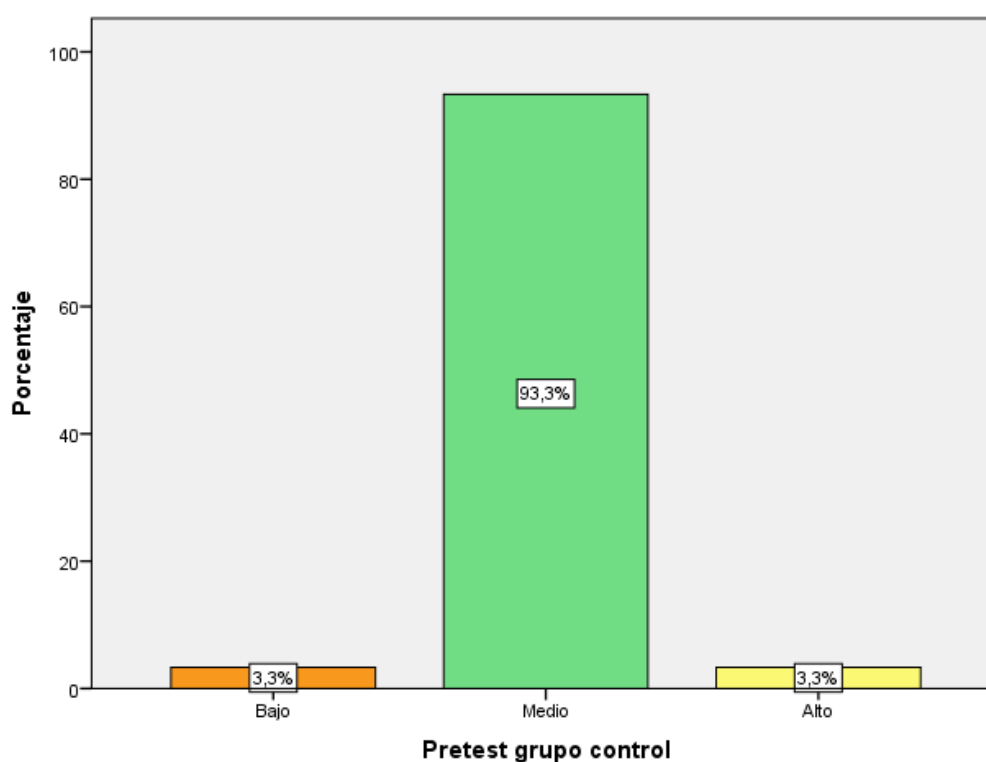
### 3. Análisis descriptivo de los resultados

#### 3.1. Descripción de resultados

**Tabla 8**

*Descripción de los resultados del pretest del grupo control de los niveles de autoestima*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	3,3
Medio	28	93,3
Alto	1	3,3
Total	30	100



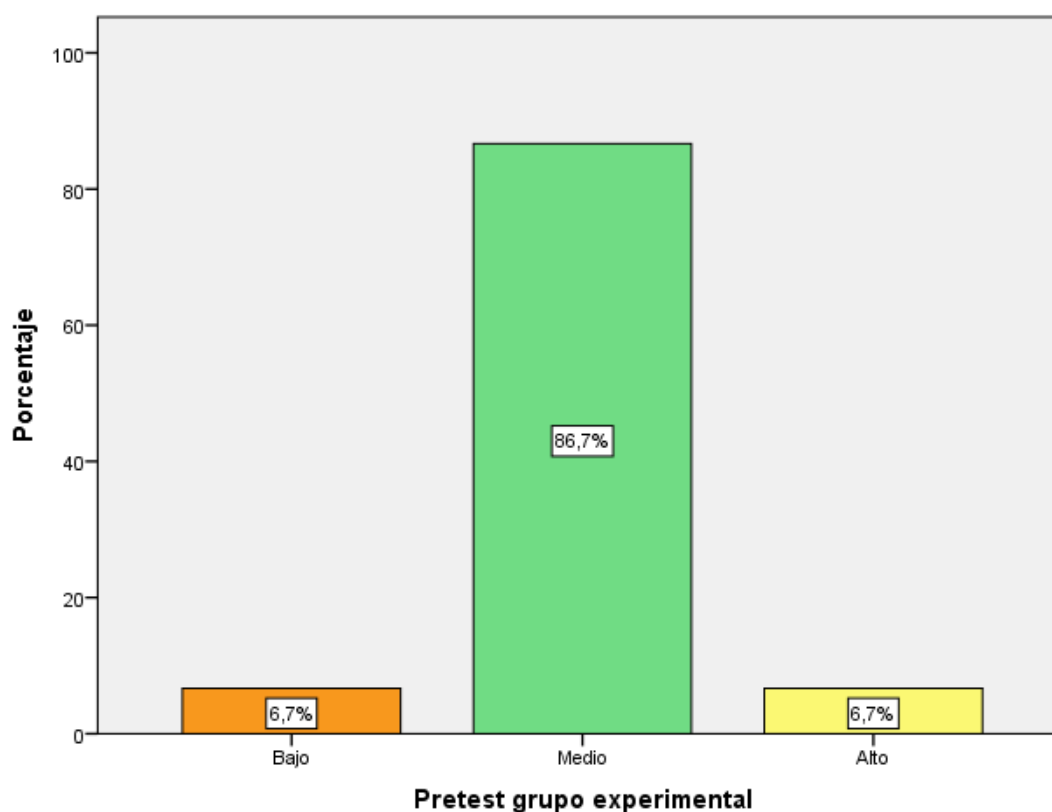
*Figura 1.* Descripción de los resultados del pretest del grupo control de autoestima

En la tabla 8 y figura 1, se observa de una muestra de 30 alumnos, en el pretest del grupo control presenta el 3.3% un nivel bajo, el 93.3% presenta un nivel medio y el 3.3% presenta un nivel alto de los niveles de autoestima.

**Tabla 9**

*Descripción de los resultados del pretest del grupo experimental de los niveles de autoestima*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	2	6,7
Medio	26	86,7
Alto	2	6,7
Total	30	100



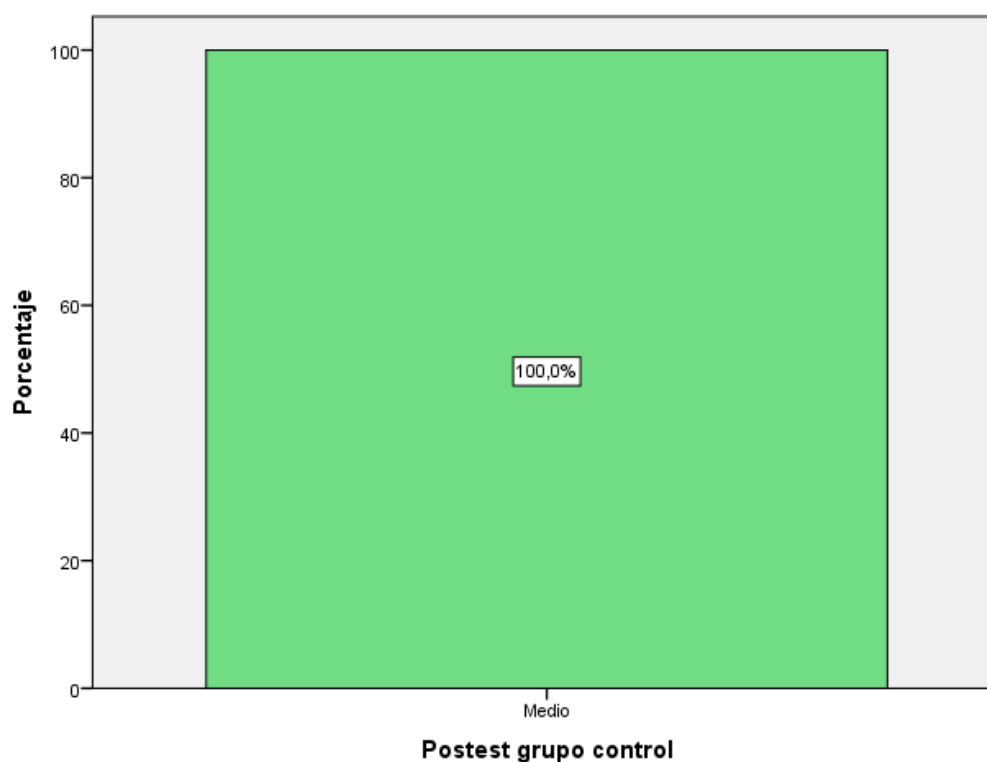
*Figura 2. Descripción de los resultados del pretest del grupo experimental de los niveles de autoestima*

En la tabla 9 y figura 2, se observa de una muestra de 30 alumnos en el pretest del grupo experimental el 6.7% presenta un nivel bajo, el 86.7% presenta un nivel medio y el 6.7% presenta un nivel alto de los niveles de autoestima.

**Tabla 10**

*Descripción de los resultados del postest del grupo control de los niveles de autoestima*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0,0
Medio	30	100,0
Alto	0	0,0
Total	30	100



*Figura 3. Descripción de los resultados del postest del grupo control de los niveles de autoestima*

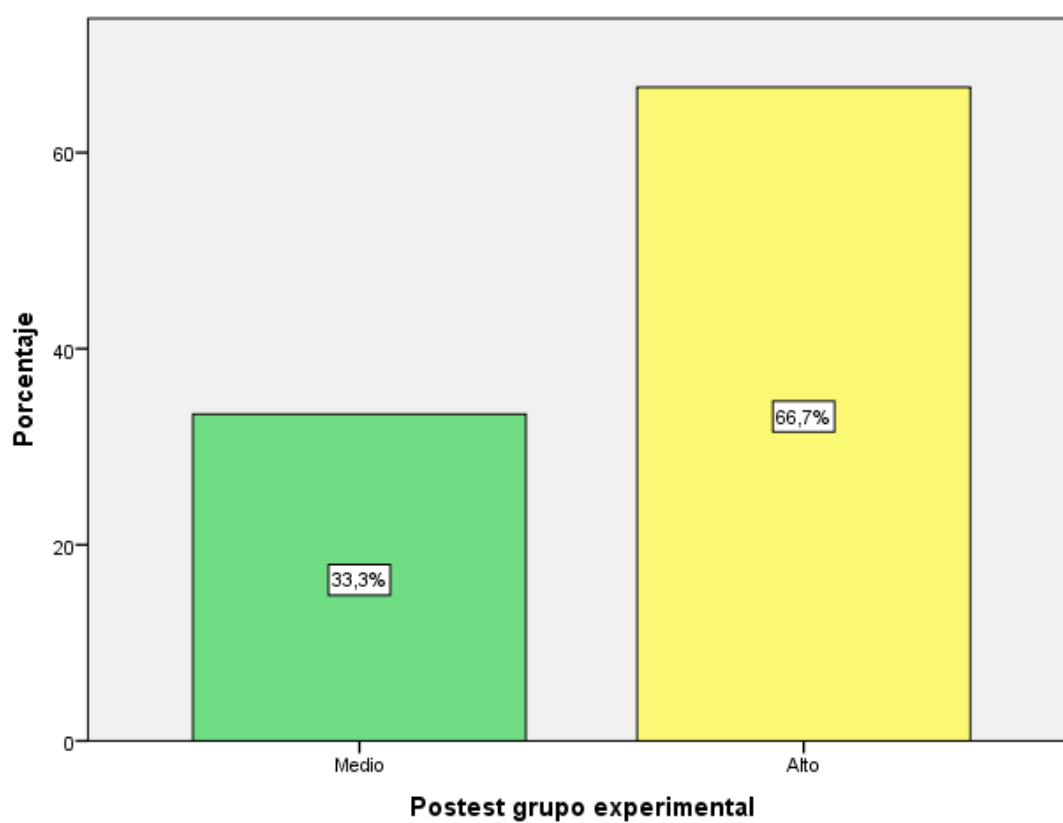
En la tabla 10 y figura 3, se observa de una muestra de 30 alumnos en el postest del grupo control el 100% presenta un nivel medio de los niveles de autoestima.



**Tabla 11**

*Descripción de los resultados del postest del grupo experimental de los niveles de autoestima*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0,0
Medio	10	33.3
Alto	20	66.7
Total	30	100



*Figura 4. Descripción de los resultados del postest del grupo experimental de los niveles de autoestima*

En la tabla 11 y figura 4, se observa de una muestra de 30 alumnos en el posttest del grupo experimental el 33.3% presenta un nivel medio y el 66.7% presenta un nivel alto de los niveles de autoestima.

Prueba de normalidad

**Tabla 12**

*Prueba de normalidad en la fase de pretest y posttest del grupo de control y experimental según pretest y posttest*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Pretest de autoestima del grupo control	,467	30	,000
Pretest de autoestima del grupo experimental	,433	30	,000
Posttest de autoestima del grupo control	,420	30	,000
Posttest de autoestima del grupo experimental	,423	30	,000

Esta tabla 12, se presentan los resultados de la prueba de bondad de ajuste y se observan que de los resultados de la prueba de Kolmogorov – Smirnov; tiene como resultado que el puntaje total no se aproxima a una distribución normal ( $p < 0.05$ ), debido a estos resultados se debe utilizar estadística no paramétrica: Test U de Mann-Whitney aplicada a dos muestras independientes.

## 4.2 Contrastación de las hipótesis

### Hipótesis general

$H_i$ : La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

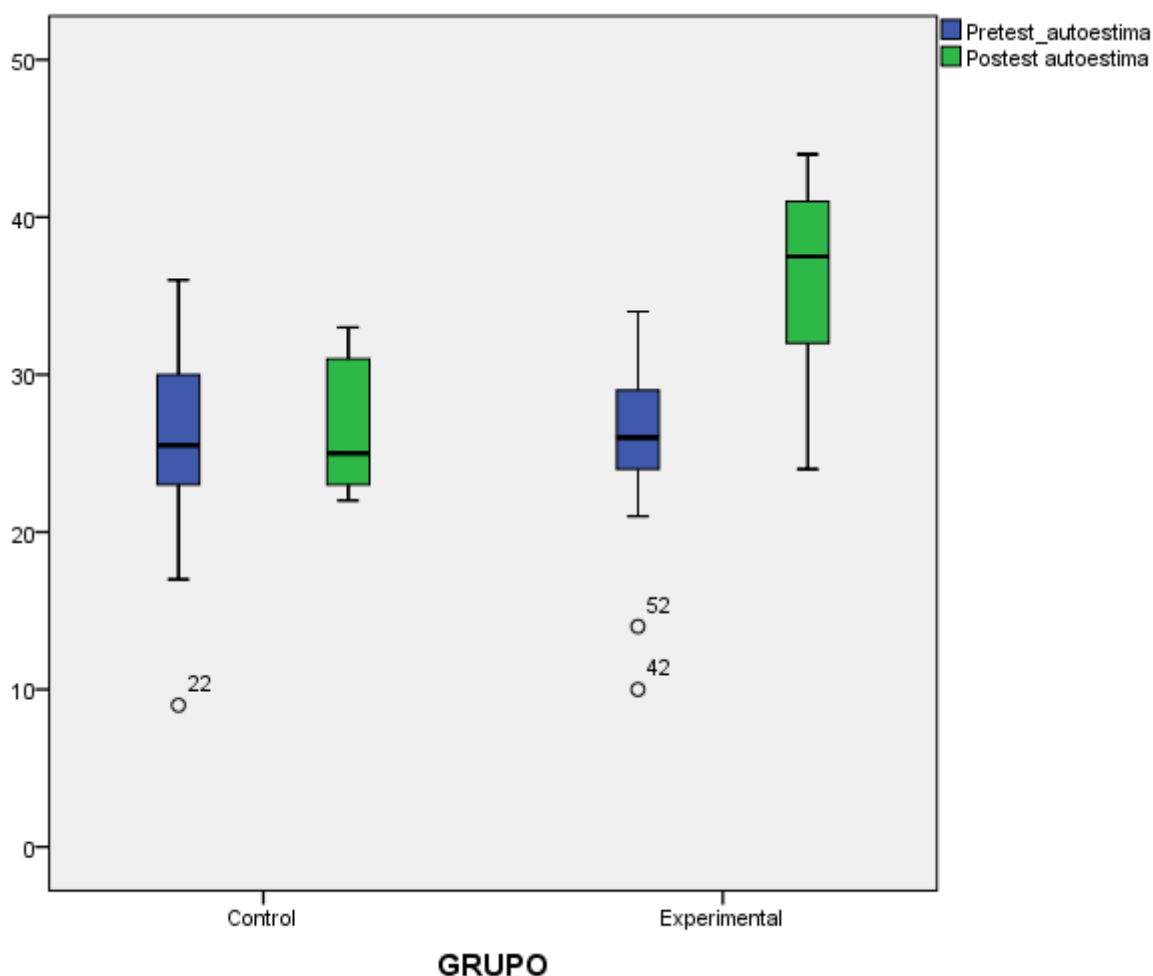
$H_0$ : La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” no mejora significativamente en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

**Tabla 13***Autoestima. Grupo de control y experimental según pretest y posttest*

Estadístico	Control (n=30)	Grupo	Test U de Mann-Whitney
		Experimental (n=30)	
Pretest			
Media	25.5	25.7	U= 438,500
Desv. estándar	5.4	5.1	$p = .865$
Posttest			
Media	26.6	36.2	U= 84,000 $p = .000$
Desv. estándar	3.9	5.7	

Los puntajes de autoestima en los alumnos del grupo control y experimental; presentan condiciones iniciales similares, por lo que no muestran diferencias significativas al 95% de confiabilidad de acuerdo a la prueba (U-Mann-Whitney:  $p=.865$ ) en los puntajes obtenidos del pretest pues en la lectura de ambos promedios la diferencia es no significativa, por tanto puede afirmarse la existencia de homogeneidad en la autoestima en los alumnos. Luego en la fase posttest, los puntajes del grupo experimental presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney:  $***p<.000$ ), además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro lado los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones de autoestima en los alumnos, con un (Promedio = 36.2) después del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 26.6).

Por tanto, las puntuaciones de autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en la autoestima.



*Figura 5.* Puntuaciones de autoestima. Grupo de control y experimental según pretest y posttest

De la figura 5, se observa que los puntajes iniciales de la autoestima (pretest) son similares en los estudiantes del grupo control y experimental. Así mismo, se observa una diferencia significativa en los puntajes finales (posttest) entre los estudiantes del grupo de control y experimental, siendo éstos últimos los que obtuvieron mayores puntajes de autoestima. Además, en ambos casos, se observa una disminución de la variabilidad de las puntuaciones en el posttest respecto al pretest.

## Hipótesis específicas

### Hipótesis específica 1

Hi: La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en la autoestima del Área de sí mismo de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

H0: La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” no mejora significativamente en la autoestima del Área de sí mismo de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

**Tabla 14**

*Área de sí mismo. Grupo de control y experimental según pretest y posttest*

Estadístico	Grupo		Test U de Mann-Whitney
	Control (n=30)	Experimental (n=30)	
Pretest			
Media	13.8	14.5	U=413,000
Desv. estándar	4.0	2.9	$p = .582$
Posttest			
Media	15.0	19.2	U= 153,000
Desv. estándar	2.8	3.2	$p = .000$

Los puntajes del área de sí mismo de la autoestima en los alumnos del grupo control y experimental; presentan condiciones iniciales similares, por lo que no muestran diferencias significativas al 95% de confiabilidad de acuerdo a la prueba (U-Mann-Whitney:  $p=.582$ ) en los puntajes obtenidos del pretest pues en la lectura de ambos promedios la diferencia es no significativa, por tanto puede afirmarse la existencia de homogeneidad en el área de sí mismo de la autoestima en los alumnos. Luego en la fase postest, los puntajes del grupo experimental presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney:  $***p<.000$ ), además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro

lado los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones del área sí mismo de la autoestima en los alumnos, con un (Promedio = 19.2) después del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 15.0).

Por tanto, las puntuaciones del área de sí mismo de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área de sí mismo de la autoestima.

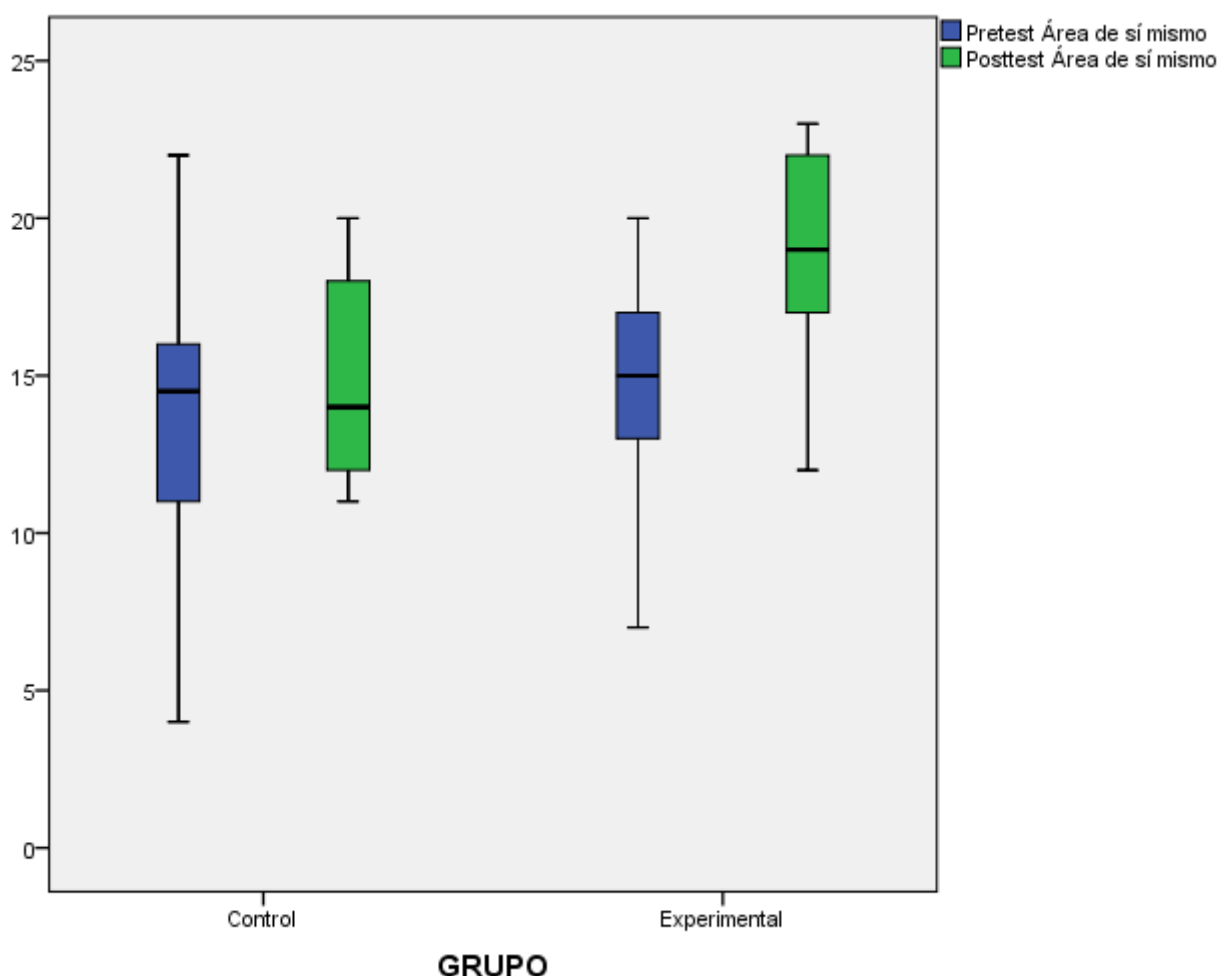


Figura 6. Puntaje de área sí mismo. Grupo de control y experimental según pretest y posttest

De la figura 6, se observa que los puntajes iniciales del área sí mismo de la autoestima (pretest) son similares en los estudiantes del grupo control y experimental. Así mismo, se observa una diferencia significativa en los puntajes

finales (postest) entre los estudiantes del grupo de control y experimental, siendo éstos últimos los que obtuvieron mayores puntajes de área sí mismo de la autoestima. Además, en ambos casos, se observa una disminución de la variabilidad de las puntuaciones en el postest respecto al pretest.

### Hipótesis específica 2

Hi: La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en la autoestima del Área social de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

H<sub>0</sub>: La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” no mejora significativamente en la autoestima del Área social de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

**Tabla 15**

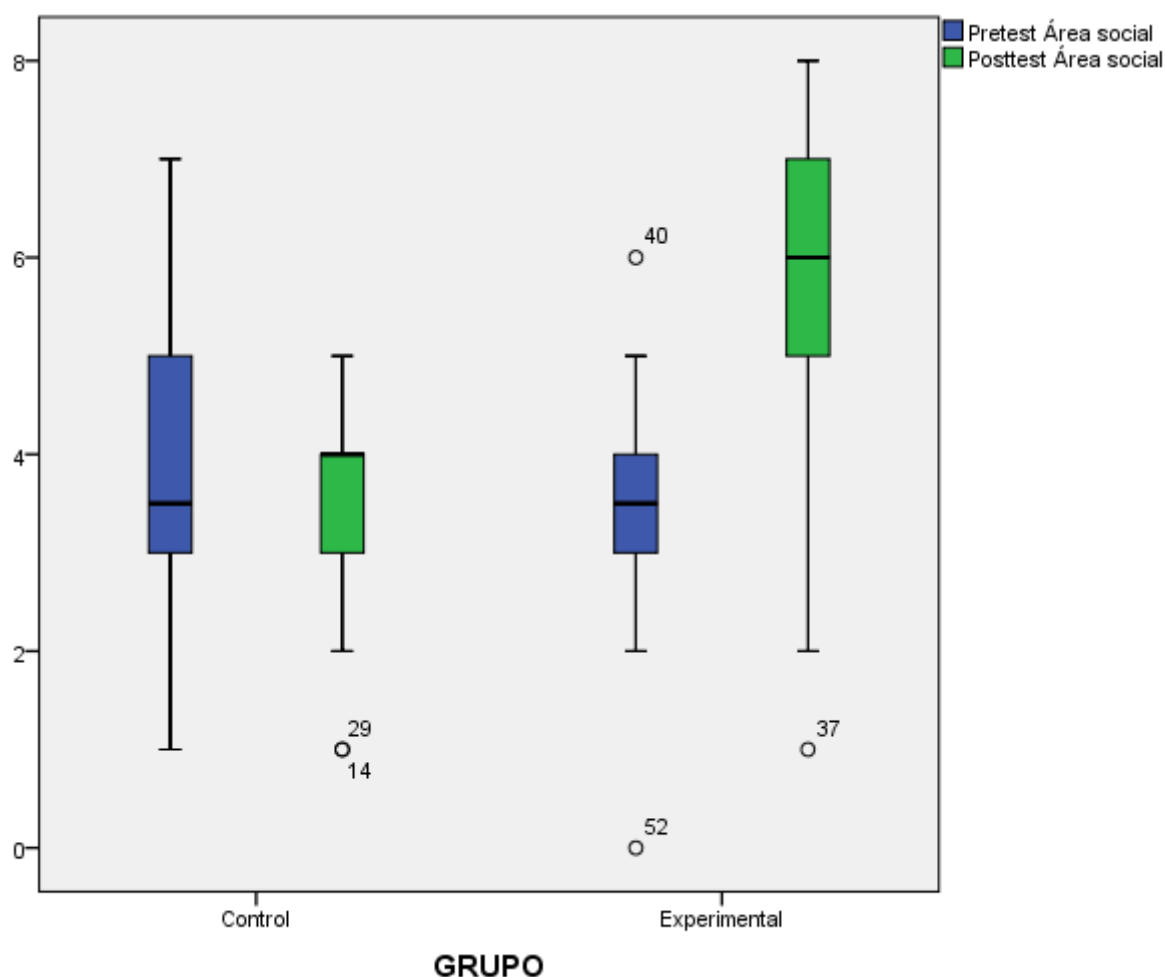
*Área social. Grupo de control y experimental según pretest y postest*

		Grupo	Test U de Mann-Whitney
Estadístico	Control (n=30)	Experimental (n=30)	
		Pretest	
			U=418.000
Media	3.7	3.4	
Desv. Tip.	1.5	1.2	$p = .648$
		Postest	
			U= 142,000
Media	3.6	5.6	
Desv. tip.	1.1	1.7	$p = .000$

Los puntajes del área social de la autoestima en los alumnos del grupo control y experimental; presentan condiciones iniciales similares, por lo que no muestran diferencias significativas al 95% de confiabilidad de acuerdo a la prueba (U-Mann-Whitney: p=.648) en los puntajes obtenidos del pretest pues en la lectura de ambos promedios la diferencia es no significativa, por tanto puede afirmarse la existencia de homogeneidad en el área social de la autoestima en los alumnos. Luego en la fase postest, los puntajes del grupo experimental presentan

diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney:  $***p<.000$ ), además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro lado los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones del área social de la autoestima en los alumnos, con un (Promedio = 5.6) después del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 3.6).

Por tanto, las puntuaciones del área social de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área social de la autoestima.



*Figura 7. Puntuaciones de área social del grupo de control y experimental en la fase de pretest y posttest*



De la figura 7, se observa que los puntajes iniciales del área social de la autoestima (pretest) son similares en los estudiantes del grupo control y experimental. Así mismo, se observa una diferencia significativa en los puntajes finales (postest) entre los estudiantes del grupo de control y experimental, siendo éstos últimos los que obtuvieron mayores puntajes de área social de la autoestima. Además, en ambos casos, se observa una disminución de la variabilidad de las puntuaciones en el postest respecto al pretest

### Hipótesis específica 3

Hi: La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en la autoestima del Área hogar de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

H<sub>0</sub>: La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” no mejora significativamente en la autoestima del Área hogar de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

**Tabla 16**

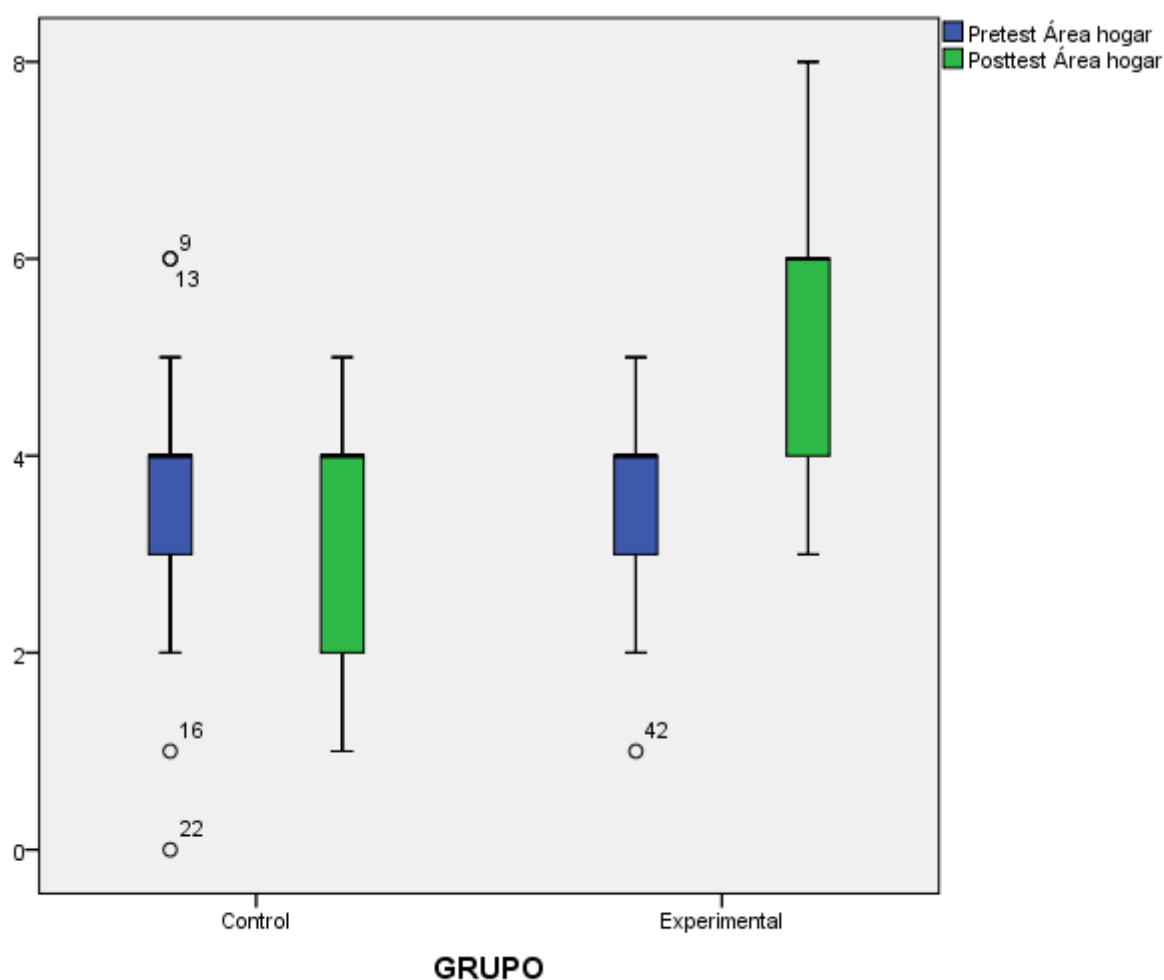
*Área hogar. Grupo de control y experimental según pretest y postest*

Estadístico	Control (n=30)	<u>Grupo</u>	Test U de Mann-Whitney
		Experimental (n=30)	
Pretest			
Media	3.6	3.6	U = 429.000
Desv. estándar	1.3	1.0	$p = .739$
Postest			
Media	3.4	5.4	U = 151,000
Desv. estándar	1.2	1.5	$p =.000$

Los puntajes del área hogar de la autoestima en los alumnos del grupo control y experimental; presentan condiciones iniciales similares, por lo que no muestran diferencias significativas al 95% de confiabilidad de acuerdo a la prueba (U-Mann-Whitney: p=.739) en los puntajes obtenidos del pretest pues en la lectura de ambos promedios la diferencia es no significativa, por tanto puede afirmarse la

existencia de homogeneidad en el área hogar de la autoestima en los alumnos. Luego en la fase posttest, los puntajes del grupo experimental presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney:  $***p<.000$ ), además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro lado los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones del área hogar de la autoestima en los alumnos, con un (Promedio = 5.4) después del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 3.4).

Por tanto, las puntuaciones del área hogar de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área hogar de la autoestima.



*Figura 8. Puntuaciones de área hogar del grupo de control y experimental en la fase de pretest y posttest*

De la figura 8, se observa que los puntajes iniciales del área hogar de la autoestima (pretest) son similares en los estudiantes del grupo control y experimental. Así mismo, se observa una diferencia significativa en los puntajes finales (posttest) entre los estudiantes del grupo de control y experimental, siendo éstos últimos los que obtuvieron mayores puntajes de área hogar de la autoestima. Además, en ambos casos, se observa una disminución de la variabilidad de las puntuaciones en el posttest respecto al pretest.

#### **Hipótesis específica 4**

Hi: La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en la autoestima del Área escuela de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

H<sub>0</sub>: La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” no mejora significativamente en la autoestima del Área escuela de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

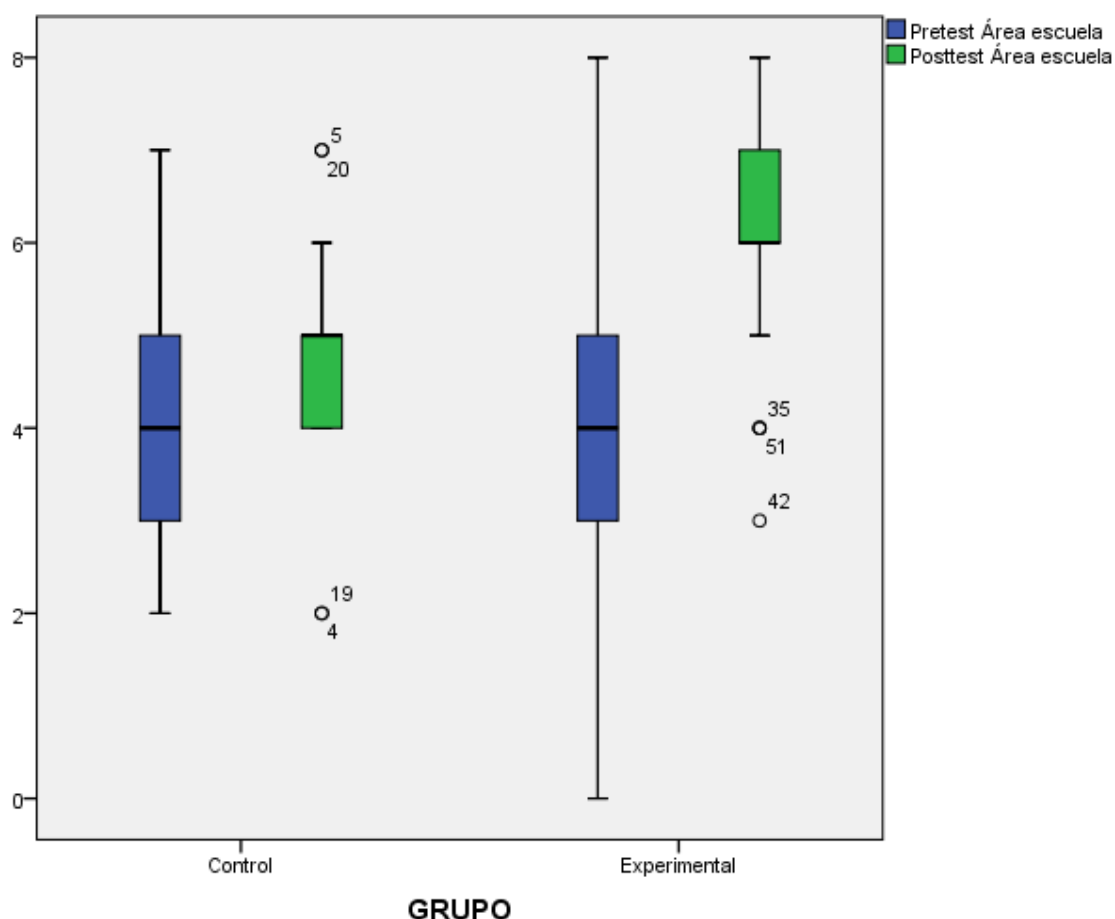
**Tabla 17**

*Área escuela. Grupo de control y experimental según pretest y posttest*

		Grupo	Test U de Mann-Whitney
Estadístico	Control (n=30)	Experimental (n=30)	
		Pretest	
Media	4.3	4.2	U = 448.000
Desv. Tip.	1.5	1.7	$p = .976$
		Postest	
Media	4.6	6.1	U = 168,000
Desv. tip.	1.1	1.2	$p = .000$

Los puntajes del área escuela de la autoestima en los alumnos del grupo control y experimental; presentan condiciones iniciales similares, por lo que no muestran diferencias significativas al 95% de confiabilidad de acuerdo a la prueba (U-Mann-Whitney:  $p=.976$ ) en los puntajes obtenidos del pretest pues en la lectura de ambos promedios la diferencia es no significativa, por tanto puede afirmarse la existencia de homogeneidad en el área escuela de la autoestima en los alumnos. Luego en la fase posttest, los puntajes del grupo experimental presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney:  $***p<.000$ ), además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro lado los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones del área escuela de la autoestima en los alumnos, con un (Promedio = 6.1) después del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 4.6).

Por tanto, las puntuaciones del área escuela de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área escuela de la autoestima.



*Figura 9. Puntuaciones de área escuela del grupo de control y experimental en la fase de pretest y posttest.*

De la figura 9, se observa que los puntajes iniciales del área escuela de la autoestima (pretest) son similares en los estudiantes del grupo control y experimental. Así mismo, se observa una diferencia significativa en los puntajes finales (posttest) entre los estudiantes del grupo de control y experimental, siendo éstos últimos los que obtuvieron mayores puntajes de área escuela de la autoestima. Además, en ambos casos, se observa una disminución de la variabilidad de las puntuaciones en el posttest respecto al pretest.

## **IV. Discusión**

## Discusión

En la presente tesis se investigó la influencia del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

El análisis de los resultados respecto a la hipótesis general muestra que los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa “César Vallejo” UGEL N° 07 San Borja. 2016, del grupo control y experimental presentan condiciones iniciales ó similares en porcentaje del pre control y experimental, tanto para los estudiantes del grupo control como experimental en el test (U-Mann-Whitney:  $***p<.000$ ) en los puntajes obtenidos del pre test. Por otro lado, existe diferencia significativa en la aplicación del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016, del post test del grupo experimental además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro lado los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones de autoestima en los alumnos, con un (Promedio = 36.2) después del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 26.6). Estos resultados coinciden con la investigación de Velastegui (2015) quien señala sobre la autoestima, planificación y toma de decisiones de los estudiantes, después de recibir algunos talleres, el beneficio de la autoestima se proyectó a un 88% a nivel global, admitiendo que se den inclusivamente ciertas ventajas en la disminución de ciertos estudios como la ansiedad, mejor rendimiento escolar, control de niveles de ansiedad entre otros, al igual a la aplicación de un programa se concluyó que la autoestima si mejora en la toma de decisiones, con lo que tiene que ver a los resultados, en un inicio tanto el grupo control como el experimental.

Podemos decir que esta investigación tiene sustento, de acuerdo a la tesis titulada “la influencia del programa: Aceptándome tal como soy en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria” quien concluye que es un hecho que el programa ofreció mejoras en el proceso de autoestima en el estudiante.

Respecto a la primera hipótesis específica, Los puntajes del área de sí mismo de la autoestima en los alumnos del grupo control y experimental;

presentan condiciones iniciales ó similares en porcentaje del pre control y experimental, por lo que no muestran diferencias significativas al 95% de confiabilidad de acuerdo a la prueba (U-Mann-Whitney:  $p=.582$ ) en los puntajes obtenidos del pretest pues en la lectura de ambos promedios la diferencia es no significativa, por tanto puede afirmarse la existencia de homogeneidad en el área de sí mismo de la autoestima en los alumnos. Luego en la fase postest, los puntajes del grupo experimental presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney:  $***p<.000$ ), además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro lado los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones del área sí mismo de la autoestima en los alumnos, con un (Promedio = 19.2) después del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 15.0). Por tanto, las puntuaciones del área de sí mismo de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área de sí mismo de la autoestima. Considerando los resultados que sostuvo Velastegui (2015) quien señala sobre la autoestima, desde la planificación y toma de decisiones con los variables aceptándome tal como soy para mejorar la autoestima, se logró una mejora significativa.

Respecto a la segunda hipótesis específica, los puntajes del área social de la autoestima en los alumnos del grupo control y experimental; presentan condiciones iniciales ó similares en porcentaje del pre control y experimental, por lo que no muestran diferencias significativas al 95% de confiabilidad de acuerdo a la prueba (U-Mann-Whitney:  $p=.648$ ) en los puntajes obtenidos del pretest pues en la lectura de ambos promedios la diferencia es no significativa, por tanto puede afirmarse la existencia de homogeneidad en el área social de la autoestima en los alumnos. Luego en la fase postest, los puntajes del grupo experimental presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney:  $***p<.000$ ), además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro lado los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones del área social de la autoestima en los alumnos, con un (Promedio = 5.6) después del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 3.6). Por tanto, las puntuaciones



del área social de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área social de la autoestima. Estos resultados coinciden con los de Suárez, Melina y Coronado (2011), quienes al identificar a los estudiantes con baja autoestima con conductas de riesgo han demostrado mejoras luego de la aplicación del programa dentro de la población escolar del colegio CUMCH.

Respecto a la tercera hipótesis específica, los puntajes del área hogar de la autoestima en los alumnos del grupo control y experimental; presentan condiciones iniciales ó similares en porcentaje del pre control y experimental, por lo que no muestran diferencias significativas al 95% de confiabilidad de acuerdo a la prueba (U-Mann-Whitney:  $p=.739$ ) en los puntajes obtenidos del pretest pues en la lectura de ambos promedios la diferencia es no significativa, por tanto puede afirmarse la existencia de homogeneidad en el área hogar de la autoestima en los alumnos. Luego en la fase posttest, los puntajes del grupo experimental presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney:  $***p<.000$ ), además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro lado los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones del área hogar de la autoestima en los alumnos, con un (Promedio = 5.4) después del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 3.4). Por tanto, las puntuaciones del área hogar de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área hogar de la autoestima. Considerando los resultados que sostuvo Velastegui (2015) quien señala sobre la autoestima, desde la planificación y toma de decisiones mejora la autoestima, se logró una mejora significativa.

Respecto a la cuarta hipótesis específica, los puntajes del área escuela de la autoestima en los alumnos del grupo control y experimental; presentan condiciones iniciales ó similares en porcentaje del pre control y experimental, por lo que no muestran diferencias significativas al 95% de confiabilidad de acuerdo a la prueba (U-Mann-Whitney:  $p=.976$ ) en los puntajes obtenidos del pretest pues en la lectura de ambos promedios la diferencia es no significativa, por tanto puede

afirmarse la existencia de homogeneidad en el área escuela de la autoestima en los alumnos. Luego en la fase posttest, los puntajes del grupo experimental presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney: \*\*\* $p < .000$ ), además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro lado los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones del área escuela de la autoestima en los alumnos, con un (Promedio = 6.1) después del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 4.6). Por tanto, las puntuaciones del área escuela de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área escuela de la autoestima. Estos resultados coinciden con los de Suárez, Melina y Coronado (2011), quienes al identificar a los estudiantes con baja autoestima con conductas de riesgo han demostrado mejoras luego de la aplicación del programa dentro de la población escolar del colegio CUMCH.

## **V. Conclusiones**

## **Conclusiones**

### **PRIMERA:**

Los resultados obtenidos del grupo experimental muestran mejor resultado en las puntuaciones de la autoestima con un (Promedio=36.2) después de la aplicación del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto al grupo control (Promedio=26.6) demostraron que el programa influyó significativamente la autoestima (U-Mann-Whitney:  $p=.000$ ) en relación a los puntajes obtenidos.

### **SEGUNDA:**

Los resultados obtenidos demuestran en estudiantes del grupo experimental, obtuvieron mejoras en las puntuaciones del área sí mismo de la autoestima con un (Promedio = 19.2) con lo cual se comprueba que mejora significativamente después de la aplicación del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo control (Promedio = 15.0), presenta diferencias significativas en la autoestima (U-Mann-Whitney:  $p=.000$ ).

### **TERCERA:**

Los resultados obtenidos demuestran en estudiantes del grupo experimental, obtuvieron mejoras en las puntuaciones del área social de la autoestima con un (Promedio = 5.6) con lo cual se comprueba que mejora significativamente después de la aplicación del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo control (Promedio = 3.6), presenta diferencias significativas en la autoestima (U-Mann-Whitney:  $p=.000$ ).

### **CUARTA:**

Los resultados obtenidos demuestran en estudiantes del grupo experimental, obtuvieron mejoras en las puntuaciones del área hogar de la autoestima con un (Promedio = 5.4) con lo cual se comprueba que mejora significativamente después de la aplicación del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo control (Promedio = 3.4), presenta diferencias significativas en la autoestima (U-Mann-Whitney:  $p=.000$ ).

**QUINTA:**

Los resultados obtenidos demuestran en estudiantes del grupo experimental, obtuvieron mejoras en las puntuaciones del área escuela de la autoestima con un (Promedio = 6.1) con lo cual se comprueba que mejora significativamente después de la aplicación del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo control (Promedio = 4.6), presenta diferencias significativas en la autoestima (U-Mann-Whitney:  $p=.000$ ).

## **VI. Recomendaciones**

## **Recomendaciones**

### **PRIMERA:**

Los resultados de autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en la autoestima. Dando resultado que los puntajes iniciales de la autoestima (pretest) son similares en los estudiantes del grupo control y experimental. Así mismo, se observa una diferencia significativa en los puntajes finales (postest) entre los estudiantes del grupo de control y experimental, siendo éstos últimos los que obtuvieron mayores puntajes de autoestima. Además, en ambos casos, se observa una disminución de la variabilidad de las puntuaciones en el postest respecto al pretest, se recomienda a las autoridades de la Institución Educativa a realizar constantes estudios, para proyectarse programas de aplicación según las necesidades de los estudiantes.

### **SEGUNDA:**

En el área de sí mismo de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área de sí mismo de la autoestima. Se recomienda al Señor Director de la I.E. “César Vallejo” organizar talleres para la mejora en los estudiantes con la aplicación de un programa, con la finalidad de que motiven a los estudiantes a ser tenaces, poseer energía y dinamismo, mediante conferencias motivacionales, talleres de trabajo grupales y actividades dinámicas.

### **TERCERA:**

En el área social de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área social de la autoestima, se recomienda a las autoridades velar por sus dotes y habilidades para que puedan adquirir mayor seguridad y mérito personal en las relaciones interpersonales entre sus pares. Que los estudiantes y padres participen en todos los actos: sociales, políticos y culturales dentro de la comunidad, que se les permita asumir responsabilidades dentro de la institución esto les permitirá ser más responsable y tener confianza en sus capacidades.

**CUARTA:**

En el área hogar de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área hogar de la autoestima, se recomienda a los padres de familia velar por sus cualidades y habilidades íntimas de sus hijos dentro del marco familiar, para mejorar sus problemas de autoestima, debe, en primer lugar, estar dispuesta a escuchar y afrontar los problemas, hablándoles menos y saber escuchar más a sus hijos, es importante dar el ejemplo a los hijos cuando se les exige algo, por ejemplo, cuando se les pide hacer el aseo de la casa es indispensable que los padres realicen esa tarea y de a poco ir incorporando a los hijos. Es bueno también evadir las rutinas familiares (levantarse, ir al trabajo o colegio, comer e irse a la cama) y hacer cosas diferentes y creativas para compartir.

**QUINTA:**

En el área escuela de la autoestima del grupo experimental con respecto al grupo control, se afirma que el programa “Aceptándome tal como soy” mejora significativamente en el área escuela de la autoestima, se recomienda a los docentes trabajar más a gusto tanto en forma individual como grupal, para alcanzar rendimientos académicos mayores de lo esperado para ser competitivos. Una de las vías a las que se puede optar para la solución de esta situación es desarrollar actividades en que los estudiantes se sientan identificados, adquieran un mayor compromiso con su propio proceso de enseñanza aprendizaje. Estas actividades deberán ser acordes con el medio social en que el establecimiento que se desenvuelva, por lo tanto deben ser creadas a partir de las necesidades puntuales de los estudiantes.

Definitivamente con esto se comprueba la hipótesis que indica que si se mejora el proceso de autoestima, se obtendrá una mejor aceptación de sí mismo en los estudiantes, una adecuada autoestima constituye el núcleo de la personalidad, nos ayuda a superar dificultades personales y afrontar los problemas, nos hace responsables, aumenta la creatividad, determina la autonomía personal y garantiza la proyección futura de la persona.



## **VII. Referencias**

## Referencias

- Aparcedo, M. (2008) *Que es un programa psicoeducativo individualizado*. Venezuela: FUNDASIED.
- Barrera, L. (2012). *Autoestima influencia del educador sobre la autoestima del niño*. Recuperado de <http://es.scribd.com/doc/94038646/Autoestima-Influencia-del-educador-sobre-la-autoestima-del-nino>
- Branden, N. (1993). *Cómo mejora su autoestima*. México: Paidós.
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós.
- Brinkmann, H. (1989). *Adaptación estandarizada y elaboración de normas para el inventario de autoestima de Coopersmith*. Revista Chilena de Psicología, 10 (1) 63-71
- Bonet, J. (1997). *Sé amigo de ti mismo*. Manual de autoestima. España: Santander: Sal Terrae.
- Buelga, C. y Musitu, A. (2012). *“La relación entre la reputación social, el ajuste psicosocial y la victimización en los adolescentes”*. España.
- Castro, J. (2015). *Identidad vocacional, claridad del autoconcepto y autoestima*. Perú.
- Calero, M. (2002). *Autoestima y docencia*. Perú: San Marcos.
- Coopersmith, S. (1967). *Estudios sobre la estimación propia*. Psicología Contemporánea. Selections Scientifics American. Madrid: Blume.
- Coopersmith, S. 1978. Estudios sobre la autoestima. Ed. Trillas. México.

- Díaz, M. (2010). *Autoestima y rendimiento académico de los alumnos del tercer año de educación secundaria del I.E.E. José Granda del distrito de San Martín de Porres*. Perú.
- Estévez, M. y Musito, G. (2006). *La autoestima en adolescentes agresores y víctimas en la escuela*. España.
- Feldman, J. (2012). *Autoestima: ¿Cómo desarrollarla? Juegos, Actividades, Recursos y Experiencias creativas*. España: Narcea.
- Fischman, D. (2000). *El camino del líder*. Perú: El Comercio S.A.
- Gades (1998). *Plan de acción Tutorial: Efectos de la autoestima*. Recuperado de: <http://orientacionandujar.files.wordpress.com/2010/09/yo-autoestima-y-autoconcepto.pdf>
- Garaidobil, D. y Durá, L. (2004). *Relaciones del autoconcepto y la autoestima con la sociabilidad, estabilidad emocional y responsabilidad en adolescentes de 14 a 17 años*. Chile.
- González, N. (2001). *Influencia del autoconcepto en rendimiento escolar*. España: Narcea.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (1998). *Metodología de la investigación* (2a. ed.). México: McGraw-Hill.
- Jourard, A. y Landsman, T. (1987). *La personalidad saludable*. México: Trillas
- Laporte, D. (2002). *Escuela Para Padres: Como Desarrollar la Autoestima en Los Niños*. México: Lectorum.
- Larsen, R. y Buss, D. (2005). *Psicología de la personalidad* (Segunda edición). México: Mc Graw Hill.
- Maslow, A. (1972). *Motivación y personalidad*. España: Sagitario. S.A.
- Maslow, A. (1990). *La amplitud potencial de la naturaleza humana*. Mexico: Trillas.

- Milicic, N. (2001). *Creo en ti: La construcción de la autoestima en el contexto escolar*. Santiago, Chile: LOM Ediciones.
- Papa Juan XXIII (1961) en su carta encíclica: *Mater et Magistra. Sobre la importancia de (Ver, Juzgar y actuar)* Recuperado de:  
[http://www.w2.vatican.va/content/john-xxiii/.../hf\\_j-xxiii\\_enc\\_15051961\\_mater.htm](http://www.w2.vatican.va/content/john-xxiii/.../hf_j-xxiii_enc_15051961_mater.htm).
- Rodriguez, R. (2004). Autoestima Infantil. Recuperado de:  
<http://www.educarchile.cl/Portal.Base/Web/VerContenido.aspx?ID=205500>
- Saranyana, J. (1996). *Contexto de la IV Conferencia General y fases preparatoria* Santo Domingo 1992. España.
- Suárez, M. y Coronado, E. (2011). *La autoestima en la población escolar del CUMCH*. Mexico.
- Válek, M. (2007). *Autoestima y motivaciones sociales en estudiantes de educación superior*. Tesis de Maestría en Psicología. Recuperado de:  
<http://www.Educacional.EN:eumed.net.Maracaibo:UniversidadRafaelUrdaneta>
- Velastegui, A. (2015). *La autoestima, planificación y toma de decisiones de los estudiantes del primer año de bachillerato de la Unidad Educativa Temporal Baños*. México.
- Vernieri, M. (2006). *Adolescencia y autoestima*. (2ª. Edición). Buenos Aires, Argentina: Bonum.
- Vildoso, V. (2003). *Influencia de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Agronomía de la UNJBG*. Tesis de maestría no publicada, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Voli, F. (1996). *Autoestima del profesor*. Madrid, España: CIPA.

## **Anexos**

### Anexo A: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Influencia del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016					
Autor: Mario HUAYHUA HANCCO.					
Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores		
Problema General:  ¿Cuál es el efecto del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016?	Objetivo general:  Determinar el efecto del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016  Objetivos específicos:  1. Determinar el efecto del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área de sí mismo de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016	Hipótesis general:  La aplicación del programa: “Aceptándome tal como soy” mejora en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016  Hipótesis específicas:  1. La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora en la autoestima del Área de sí mismo de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016	Variable 1: Aceptándome tal como soy.		
			Talleres	sesiones	Estrategias metodológicas
			a) Motivación. Objetivo: Despertar la motivación “Aceptándome tal como soy” en la mejora del autoestima, en los estudiantes, en busca de la habilidad en enfocar las propias emociones y experiencias al servicio de la consecución de objetivos, retos y así obtener resultados constructivos.  b) Valores. Objetivo: Fomentar el desarrollo de los valores, “Aceptándome tal como soy” en la mejora del autoestima, permitiendo tener una buena calidad de vida y actuar ante diferentes situaciones que se nos plantean en la vida, de esta forma los valores se aprenden en la medida en que se ponen en práctica.	1.- Estimulando optimismo. Finalidad: Promover en los estudiantes a pensar de forma optimista sobre sus deseos y aspiraciones.  2.- Las cosas que me motivan. Finalidad: Auto descubrir los motivos personales.  3.- Las diferencias. Finalidad: Fomentar el compañerismo y la diversión grupal.  4.- Echando una mirada a mis valores. Finalidad: Explorar y entender los valores propios y de los demás  5.- Que significado doy a los valores. Finalidad: Explorar los diferentes valores que	Se aplicará la metodología de Santo Domingo:  VER: Auscultar con la realidad. Explorar saberes previos. Vincular el aprendizaje a lograr con su realidad. Suscitar una actitud crítica y reflexiva. Conflicto cognitivo.  JUZGAR: Iluminar el aprendizaje a lograr. Elaborar los nuevos aprendizajes de manera interactiva. Confrontar los contenidos con la realidad personal y social.  ACTUAR: Compromiso con el cambio de vida, consigo mismo y con los
Problemas Específicos:  1. ¿Cuál es el efecto del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima en el Área de sí mismo de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016?					

<p>2. ¿Cuál es el efecto del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima en el Área Social de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016?</p> <p>3. ¿Cuál es el efecto del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima en el Área Hogar de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016?</p> <p>4. ¿Cuál es el efecto del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima en el Área Escuela de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016?</p>	<p>2. Determinar el efecto del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área social de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016</p> <p>3. Determinar el efecto del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área hogar de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016</p> <p>4. Determinar el efecto del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área escuela de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016</p>	<p>2. La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora en la autoestima del Área social de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016</p> <p>3. La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora en la autoestima del Área hogar de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016</p> <p>4. La aplicación del programa “Aceptándome tal como soy” mejora en la autoestima del Área escuela de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016</p>	<p>c) Relaciones interpersonales. Objetivo: Fortalecer las relaciones interpersonales, “Aceptándome tal como soy” en la mejora del autoestima, ayudando a fomentar el crecimiento personal y emocional de cada uno, esto facilitara construir, mantener, enriquecer y disfrutar de las relaciones</p> <p>d) Familia. Objetivo: Mejorar los lazos familiares, “Aceptándome tal como soy” en la mejora del autoestima, permitiendo que se desarrolle un vínculo fuerte en la familia, ayudando a que se logre una identidad sana y positiva</p>	<p>tienen en la vida</p> <p>6.- Ama a tu prójimo como a ti mismo. Finalidad: Enseña a apreciar a los demás como a nosotros mismos.</p> <p>7.- Concepto positivo de sí mismo. Finalidad: Demostrar que sí es aceptable expresar oralmente las cualidades positivas que poseen</p> <p>8.- El juego de los voluntarios. Finalidad: Desarrollar sensibilidad y percepción acerca de las demás personas y del mundo en torno a mí.</p> <p>9.- Buscando almas gemelas. Finalidad: Favorece el conocimiento de los miembros del grupo.</p> <p>10.-Mi árbol genealógico. Finalidad: Crear mi árbol genealógico.</p> <p>11.-Sentimientos y familia. Finalidad: Reconocer los sentimientos de la familia.</p> <p>12.-Dar y recibir afecto. Finalidad: Explorar la auto afirmación, su alcances y</p>	<p>demás.</p> <p>REVISAR: Se clarifican dudas y se realiza el conocimiento meta cognitivo.</p> <p>CELEBRAR: Agradecimiento a Dios por todos los dones recibidos</p>
--	--	---	---	--	---





<p>Método:</p> <p>Cuasiexperimental.</p>	<p>Tipo de muestreo:</p> <p>Mi muestra consiste en 60 estudiantes (de primero de secundaria) se encuentran conformadas en dos grupos:</p> <p>A. Experimental 30 estudiantes.</p> <p>B. Control 30 estudiantes.</p> <p>Tamaño de muestra:</p> <p>30 Estudiantes.</p>	<p>d) Familia. (Mi árbol genealógico, Sentimientos y familia, Dar y recibir afecto)</p> <hr/> <p>Variable 2: Autoestima</p> <p>Técnicas: Test de Autoestima de Coopersmith. Observación, entrevista y encuesta.</p> <p>Instrumentos: Cuestionario de Autoestima</p> <p>Autor: Stanley Coopersmith.</p> <p>Año: 1967</p> <p>Monitoreo: La prueba está constituida por 50 afirmaciones, con respuestas dicotómicas, ítems verdadero – falso que exponen información acerca de las características de la autoestima a través de la evaluación de cuatro sub escalas.</p> <p>Ámbito de Aplicación:</p> <p>Forma de Administración: Test de personalidad de composición verbal, impresa, homogénea y de potencia.</p>	<p>Área Hogar (H) con 8 Ítems, Área Escuela (SCH) con 8 Ítems.</p> <p><b>- CUADRO DE FRECUENCIA</b></p> <p><b>- GRÁFICO DE BARRAS</b></p>
--	---	--	---

**Anexo B: OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES**  
**OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE: Programa: “Aceptándome tal como soy”.**

TALLERES	INDICADORES	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	TALLERES
1) Modulo I.	<b>MOTIVACIÓN:</b> Despertar la motivación “ <i>Aceptándome tal como soy” en la autoestima</i> , en busca de la habilidad en enfocar las propias emociones y experiencias al servicio de la consecución de objetivos, retos y así obtener resultados constructivos.	Se aplicará la metodología de Santo Domingo:  <b>VER:</b> Auscultar con la realidad. Explorar saberes previos. Vincular el aprendizaje a lograr con su realidad. Suscitar una actitud crítica y reflexiva. Conflicto cognitivo.  <b>JUZGAR:</b> Iluminar el aprendizaje a lograr. Elaborar los nuevos aprendizajes de manera interactiva. Confrontar los contenidos con la realidad personal y social.  <b>ACTUAR:</b> Compromiso con el cambio de vida, consigo mismo y con los demás.  <b>REVISAR:</b> Se clarifican dudas y se realiza el conocimiento meta cognitivo.  <b>CELEBRAR:</b> Agradecimiento a Dios por todos los dones recibidos	1. Estimulando optimismo.
			2. Las cosas que me motivan.
			3. La diferencia.
2) Modulo II.	<b>VALORES:</b> Fomentar el desarrollo de los valores, “ <i>Aceptándome tal como soy” en la autoestima</i> , permitiendo tener una buena calidad de vida y actuar ante diferentes situaciones que se nos plantean en la vida, de esta forma los valores se aprenden en la medida en que se ponen en práctica.		1. Echando una mirada a mis valores.
			2. Que significado doy a los valores.
			3. Ama a tu prójimo como a ti mismo.
3) Modulo III.	<b>RELACIONES INTERPERSONALES:</b> Fortalecer las relaciones interpersonales, “ <i>Aceptándome tal como soy” en la autoestima</i> , ayudando a fomentar el crecimiento personal y emocional de cada uno, esto facilitara construir, mantener, enriquecer y disfrutar de las relaciones.		1. Concepto positivo de sí mismo.
			2. El juego de los voluntarios.
			3. Buscando almas gemelas.
4) Modulo IV.	<b>FAMILIA:</b> Mejorar los lazos familiares, “ <i>Aceptándome tal como soy” en la autoestima</i> , de los estudiantes permitiendo que se desarrolle un vínculo fuerte en la familia, ayudando a que se logre una identidad sana y positiva.		1. Mi árbol genealógico.
			2. Sentimientos y familia.
			3. Derechos asertivos.

### OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE: Autoestima.

IMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	CATEGORIA	NIVEL
1) Área de Sí mismo.	Yo general.	1. Las cosas mayormente no me preocupan	Verdadero ( 0 )	Alto.  Medio.  Bajo.
		2. Hay muchas cosas sobre mi mismo que cambiaria si pudiera		
		3. Puedo tomar decisiones sin dificultad		
		4. Me toma bastante tiempo acostumbrarme a algo nuevo		
		5. Me rindo fácilmente		
		6. Es bastante difícil ser “Yo mismo”		
		7. Mi vida está llena de problemas		
		8. Tengo una mala opinión acerca de mí mismo		
		9. Muchas veces me gustaría irme de mi casa		
		10. Si tengo algo que decir, generalmente lo digo		
		11. Desearía ser otra persona		
		12. No se puede confiar en mí		
		13. Estoy seguro de mí mismo	Falso ( 1 )	
		14. Paso bastante tiempo soñando despierto		
		15. Desearía tener menos edad que la que tengo		
		16. Alguien siempre tiene que decirme lo que debo hacer		
		17. Generalmente me arrepiento de las cosas que hago		
		18. Generalmente puedo cuidarme solo		
		19. Soy bastante feliz		
		20. Me entiendo a mí mismo		
		21. Puedo tomar una decisión y mantenerla		
		22. Realmente no me gusta ser un niño(a)		
		23. Generalmente me avergüenzo de mí mismo		
		24. No me importa lo que me pase		

		25. Soy un fracasado		
		26. Me fastidio fácilmente cuando me llaman la atención		
2) Área Social.	Coetáneos del Yo social.	27. Soy una persona muy divertida	Verdadero ( 0 )	Alto.  Medio.  Bajo.
		28. Soy conocido entre los chicos de mi edad		
		29. Los chicos mayormente aceptan mis ideas		
		30. La mayoría de las personas caen mejor de lo que yo caigo		
		31. Me aceptan fácilmente en el grupo	Falso ( 1 )	
		32. Preferiría jugar con los niños más pequeños que yo		
		33. No me gusta estar con otras personas		
		34. Los chicos generalmente se la agarran conmigo		
3) Área Hogar.	Hogar Padres.	35. En mi casa me molesto muy fácilmente	Verdadero ( 0 )	Alto.  Medio.  Bajo.
		36. Mis padres mayormente toman en cuenta mis sentimientos		
		37. Mis padres esperan mucho de mí		
		38. Muchas veces me gustaría irme de mi casa		
		39. Mis padres me comprenden	Falso ( 1 )	
		40. Mayormente siento como si mis padres estuvieran presionándome		
		41. Mis padres y Yo nos divertimos juntos		
		42. Nadie me presta mucha atención en casa		
4) Área Escuela.	Academia Escolar	43. Me es difícil hablar frente a la clase	Verdadero ( 0 )	Alto.  Medio.  Bajo.
		44. Mayormente me siento fastidiado en la escuela		
		45. Me siento desanimado en la escuela		
		46. Estoy orgulloso de mi rendimiento en la escuela		
		47. Estoy haciendo lo mejor que puedo	Falso ( 1 )	
		48. Me gusta mucho cuando me llaman a la pizarra		
		49. No me está yendo tan bien en la escuela como yo quisiera		
		50. Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficiente capaz		

### Anexo C: Instrumentos

#### INVENTARIO DE AUTOESTIMA VERSIÓN ESCOLAR.

NOMBRE: ..... EDAD: ..... SEXO: (M) (F)

AÑO DE ESTUDIO: ..... FECHA: .....

**Marque con un aspa (X) debajo de V ó F, de acuerdo a los siguientes criterios:**

**V cuando la frase SI coincide con su forma de ser o pensar.**

**F si la frase NO coincide con su forma de ser o pensar.**

Nº	FRASE DESCRIPTIVA	V	F
1	Las cosas mayormente no me preocupan		
2	Me es difícil hablar frente a la clase		
3	Hay muchas cosas sobre mi mismo que cambiaria si pudiera		
4	Puedo tomar decisiones sin dificultad		
5	Soy una persona muy divertida		
6	En mi casa me molesto muy fácilmente		
7	Me toma bastante tiempo acostumbrarme a algo nuevo		
8	Soy conocido entre los chicos de mi edad		
9	Mis padres mayormente toman en cuenta mis sentimientos		
10	Me rindo fácilmente		
11	Mis padres esperan mucho de mí		
12	Es bastante difícil ser "Yo mismo"		
13	Mi vida está llena de problemas		
14	Los chicos mayormente aceptan mis ideas		
15	Tengo una mala opinión acerca de mí mismo		
16	Muchas veces me gustaría irme de mi casa		
17	Mayormente me siento fastidiado en la escuela		
18	Físicamente no soy tan simpático como la mayoría de las personas		
19	Si tengo algo que decir, generalmente lo digo		
20	Mis padres me comprenden		
21	La mayoría de las personas caen mejor de lo que yo caigo		

22	Mayormente siento como si mis padres estuvieran presionándome		
23	Me siento desanimado en la escuela		
24	Desearía ser otra persona		
25	No se puede confiar en mí		
26	Estoy seguro de mí mismo		
27	Me aceptan fácilmente en un grupo		
28	Mis padres y Yo nos divertimos juntos		
29	Paso bastante tiempo soñando despierto		
30	Desearía tener menos edad que la que tengo		
31	Estoy orgulloso de mi rendimiento en la escuela		
32	Alguien siempre tiene que decirme lo que debo hacer		
33	Generalmente me arrepiento de las cosas que hago		
34	Estoy haciendo lo mejor que puedo		
35	Generalmente puedo cuidarme solo		
36	Soy bastante feliz		
37	Preferiría jugar con los niños más pequeños que yo		
38	Me gusta mucho cuando me llaman a la pizarra		
39	Me entiendo a mí mismo		
40	Nadie me presta mucha atención en casa		
41	No me está yendo tan bien en la escuela como yo quisiera		
42	Puedo tomar una decisión y mantenerla		
43	Realmente no me gusta ser un niño(a)		
44	No me gusta estar con otras personas		
45	Generalmente me avergüenzo de mí mismo		
46	Los chicos generalmente se la agarran conmigo		
47	Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficiente capaz		
48	No me importa lo que me pase		
49	Soy un fracasado		
50	Me fastidio fácilmente cuando me llaman la atención		

## Hoja de Respuestas

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Colegio: \_\_\_\_\_

PREGUNTA	Instrumento:		PREGUNTA	Instrumento:	
	F=0 / F=1	V=0 / V=1		F=0 / F=1	V=0 / V=1
1		1	26	1	
2	1		27		1
3		1	28		1
4	1		29	1	
5		1	30	1	
6		1	31		1
7		1	32	1	
8		1	33	1	
9		1	34	1	
10	1		35	1	
11	1		36	1	
12	1		37		1
13		1	38	1	
14	1		39		1
15	1		40	1	
16	1		41		1
17		1	42	1	
18	1		43		1
19		1	44	1	
20	1		45	1	
21	1		46		1
22	1		47		1
23	1		48	1	
24	1		49	1	
25	1		50		1

## Anexo D: PROGRAMA

### “ACEPTÁNDOME TAL COMO SOY”

#### I. DATOS GENERALES

- 1.1. UGEL : 07.
- 1.2. INSTITUCION EDUCATIVA : N° 6091 “Cesar Vallejo”.
- 1.3. DIRECTOR : Américo Ángel Maguiña Huamán.
- 1.4. NIVEL Y MODALIDAD : Educación Básica Regular.
- 1.5. GRADO Y SECCIÓN : 1° año de secundaria. Sección “C”.
- 1.6. HORAS SEMANALES : 01 - 02 Horas.
- 1.7. PROFESOR : Mario Huayhua Hanco.
- 1.8. AÑO ACADEMICO : 2016.

#### II. DESCRIPCIÓN GENERAL

La autoestima constituye el núcleo básico de la personalidad en los estudiantes, juega un papel muy importante en la vida de las personas, la confianza en sí mismo, seguridad, que lo hará sentir competente, es la base fundamental para que las personas desarrollen al máximo sus capacidades, una habilidad básica es lograr sentirse valioso, esto va a llevar al niño a poder reaccionar positivamente ante los errores, frustraciones y a la crítica de los demás.

Se consideran que la autoestima influye en la autorregulación de la conducta, mediando en la toma de decisiones, en la elección de objetivos y en el establecimiento de planes de actuación.

En la I.E. N° 6091 César Vallejo de Chorrillos Lima, en estudiantes de primero de secundaria, existe una gran cantidad de estudiantes con baja autoestima, las razones son variadas, Una de las causas es la despreocupación de los padres y el efecto que acarrea es que los niños presentan autoestima baja, ya que en varios de los casos son los propios padres en el hogar los que no están pendientes de sus hijos y no les



importa en lo más mínimo el desarrollo cognitivo e intelectual del niño, ya sea por ignorancia o porque les cuesta reconocer que tienen una baja autoestima porque ellos sienten el poco afecto que les demuestran las personas que les rodean.

Los problemas se ven reflejados durante su proceso de enseñanza aprendizaje ya que les cuesta un poco adaptarse, porque es un cambio muy fuerte la integración, y más aun cuando el niño sienta el rechazo por parte de los compañeros por no ser normal o por no realizar las mismas actividades que ellos lo hacen, lógicamente los niños se aíslan dentro del salón de clases y no les gusta participar ni interactuar con los demás y para ellos les es difícil relacionarse con los demás, y como docentes debemos buscar y utilizar estrategias de integración para que dentro del grupo no exista desintegración, por tales motivos he considerado el desarrollo de un programa denominada “Aceptándome tal como soy”, para mejorar la autoestima, mediante unas sesiones de aprendizaje, mediante las estrategias metodológicas de Santo Domingo: Ver, juzgar, actuar, revisar y celebrar.

### **III. OBJETIVO**

#### **3.1 Objetivo general**

Determinar la influencia del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016.

#### **3.2 Objetivo específicos**

##### **3.2.1 Objetivo específico**

Determinar la influencia del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área de sí mismo de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

### **3.2.2 Objetivo específico**

Determinar la influencia del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área social de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

### **3.2.3 Objetivo específico**

Determinar la influencia del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área hogar de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

### **3.2.4 Objetivo específico**

Determinar la influencia del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del Área escuela de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016

## **IV. PROGRAMACION DE ACTIVIDADES**

El programa ha sido elaborado para 12 sesiones presenciales, entre los meses de setiembre a noviembre de 2016, siguiendo las fases que se señalan a continuación:

Fase 1: Convocatoria a los padres y a los alumnos con el fin de presentarles el programa y pedir su colaboración.

Fase 2: Ejecución del programa: “Aceptándome tal como soy” para mejorar la autoestima.

Fase 3: Trabajo práctico para el desarrollo de las sesiones.

Fase 4: Evaluación del programa.

Las sesiones presenciales se han de realizar con una periodicidad aproximada de doce días. La duración de las sesiones será de una hora pedagógica.

Antes de comenzar cada sesión, los materiales se han adaptado en función de los participantes, De tal forma que los estudiantes puedan contar, en todo momento, con el material de cada sesión, convenientemente adaptado a sus necesidades.

El trabajo a realizarse en las sesiones presenciales será complementado con actividades individuales que los estudiantes puedan realizarlo y poner en práctica en su domicilio y/o escuela.

En el cronograma a ejecutarse se pueden observar las fechas en las que se han de desarrollar las sesiones y los contenidos tratados en las mismas.

## V. CRONOGRAMA DEL PROGRAMA A EJECUTARSE

Nº	FECHA	MODULO Y/O TALLER	SESIONES
1	11 de agosto	MODULO I	Estimulando optimismo.
2	18 de agosto		Las cosas que me motivan.
3	25 de agosto		La diferencia.
4	01 de setiembre	MODULO II	Echando una mirada a mis valores.
5	08 de setiembre		Que significado doy a los valores.
6	15 de setiembre		Ama a tu prójimo como a ti mismo.
7	22 de setiembre	MODULO III	Concepto positivo de sí mismo.
8	29 de setiembre		El juego de los voluntarios.
9	06 de octubre		Buscando almas gemelas.
10	13 de octubre	MODULO IV	Mi árbol genealógico.
11	20 de octubre		Sentimientos y familia.
12	27 de octubre		Derechos asertivos.

## **VI. METODOLOGÍA**

La metodología a utilizarse es la de Santo Domingo que consta de cinco fases:

**VER:** Auscultar con la realidad. Explorar saberes previos. Vincular el aprendizaje a lograr con su realidad. Suscitar una actitud crítica y reflexiva. Conflicto cognitivo.

**JUZGAR:** Iluminar el aprendizaje a lograr. Elaborar los nuevos aprendizajes de manera interactiva. Confrontar los contenidos con la realidad personal y social.

**ACTUAR:** Compromiso con el cambio de vida, consigo mismo y con los demás.

**REVISAR:** Se clarifican dudas y se realiza el conocimiento meta cognitivo.

**CELEBRAR:** Agradecimiento a Dios por todos los dones recibidos

## **VII. RECURSOS**

Recursos humanos:

- Directivos de la Institución Educativa.
- Estudiantes de primero de secundaria.
- Docente responsable.
- Padres de familia.

Recursos Materiales:

- Cuaderno.
- Papeles.
- Papelotes.
- Fichas de trabajo.
- Fichas de evaluaciones.
- Folletos de dinámicas, oraciones.
- Plumones.
- Lapiceros.
- Plumones
- Colores.



## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 1.

### “ESTIMULANDO OPTIMISMO”.

#### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- |      |                         |   |                              |
|------|-------------------------|---|------------------------------|
| 1.1. | INSTITUCIÓN EDUCATIVA   | : | N° 6091 “CESAR VALLEJO”.     |
| 1.2. | CICLO / GRADO / SECCIÓN | : | VI / 1° / “C”.               |
| 1.3. | FECHA                   | : | 11 de agosto.                |
| 1.4. | DURACIÓN                | : | 1 hora pedagógica.           |
| 1.5. | DOCENTE                 | : | Prof. Mario Huayhua Hancoco. |

#### II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MP O
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Promover en los estudiantes a pensar de forma optimista sobre sus deseos y aspiraciones.</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> </ul>		
		CONFLICTO COGNITIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>		
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>Vincula la nueva información con los saberes previos</li> <li>Elabora el nuevo aprendizaje en forma interactiva</li> <li>Confronta los contenidos con la realidad personal y social.</li> <li>Se puede escoger un cuaderno cualquiera y cada estudiante debe decorar de manera especial, como si fuera una obra de arte.</li> <li>Escribir cada 5 cosas que haya sentido o haya visto a lo largo del día, pero estas deben ser positivas. Esto no debe implicar grandes cosas sino experiencias sencillas como el hecho de que el día esté soleado, un dulce obsequiado a una amiga(o), el hecho de que me haya agradado la forma como fue recibido en la escuela o de abrazar a mi mamá de manera diferente, y así sucesivamente.</li> </ul>	Cuaderno Pinturas Lapiceros Plumones Papelotes	20'
		APLICACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimula la práctica de virtudes y valores</li> <li>Promover la elaboración de compromisos concretos a nivel personal y social.</li> <li>Revisar el cuaderno de vez en cuando para apreciar todas las cosas positivas que van sucediendo en los diferentes momentos.</li> </ul>	Cuaderno Lapiceros	5'
SALIDA	REVISAR	TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación (reforzamiento)</li> <li>Realizar esta revisión especialmente cuando se siente triste. Este ejercicio ayuda a dejar de lado la tristeza.</li> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul> </li> </ul>	Ficha de evaluación	5'
		EVALUACIÓN			
	CELEBRAR	COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar esta actividad de forma seguida, esto genera optimismo.</li> <li>Acción de gracias.</li> </ul>	Cuaderno Folleto	5'



## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 2.

### “LAS COSAS QUE ME MOTIVAN”.

#### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : N° 6091 “CESAR VALLEJO”.
- 1.2. CICLO / GRADO / SECCIÓN : VI / 1° / “C”.
- 1.3. FECHA : 18 de agosto.
- 1.4. DURACIÓN : 1 hora pedagógica.
- 1.5. DOCENTE : Prof. Mario Huayhua Hancoco.

#### II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MPO
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Auto descubrir los motivos personales</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> </ul>		
		CONFLICTO COGNITIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>		
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>Vincula la nueva información con los saberes previos</li> <li>Elabora el nuevo aprendizaje en forma interactiva</li> <li>Confronta los contenidos con la realidad personal y social</li> <li>Los niños y las niñas en una hoja escribirán todas las cosas que no le gustan, que le molestan.</li> <li>En otra hoja van a escribir todas las cosas que le motivan, para lo cual utilizaran diversos materiales para decorarlos y pegar en la ventana de su grado o de su casa, en donde puedan ver fácilmente</li> </ul>	Hojas Cinta adhesiva Lápices Pintura	20'
	ACTUAR	APLICACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimula la práctica de virtudes y valores</li> <li>Promover la elaboración de compromisos concretos a nivel personal y social</li> <li>El docente indicara que todas las hojas en donde están escritas las cosas negativas se quemaran.</li> </ul>	Cuaderno Lapiceros	5'
SALIDA	REVISAR	TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación (reforzamiento)</li> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul> </li> </ul>	Ficha de evaluación	5'
		EVALUACIÓN			
	CELEBRAR	COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acción de gracias</li> </ul>	Cuaderno Folleto	5'



## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 3.

### “LAS DIFERENCIAS”.

#### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : N° 6091 “CESAR VALLEJO”.
- 1.2. CICLO / GRADO / SECCIÓN : VI / 1° / “C”.
- 1.3. FECHA : 25 de agosto.
- 1.4. DURACIÓN : 1 hora pedagógica.
- 1.5. DOCENTE : Prof. Mario Huayhua Hanco.

#### II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MPO
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Fomentar el compañerismo y la diversión grupal</li> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN			
		CONFLICTO COGNITIVO			
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>Vincula la nueva información con los saberes previos</li> <li>Elabora el nuevo aprendizaje en forma interactiva</li> <li>Se forman dos grupos</li> <li>Un equipo se coloca en una fila y el otro equipo deberá observar muy bien a los integrantes que están en la fila. Los observan unos minutos y luego salen del salón.</li> <li>Posteriormente, los integrantes que quedaron dentro del salón deben cambiar algo de su apariencia y cuando el otro equipo entre al salón deberá decir cuáles son las diferencias que encuentran. Por cada acierto se anota un punto al equipo.</li> <li>Confronta los contenidos con la realidad personal y social</li> </ul>	Prendas de vestir	20'
	ACTUAR	APLICACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimula la práctica de virtudes y valores</li> <li>Promover la elaboración de compromisos concretos a nivel personal y social</li> </ul>	Cuaderno Lapiceros	5'
SALIDA	REVISAR	TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación (reforzamiento)</li> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición: <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul> </li> </ul>	Papeles Cuaderno Ficha de evaluación	5'
		EVALUACIÓN			
	CELEBRAR	COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acción de gracias</li> </ul>	Cuaderno Folleto	5'



## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 4.

### “ECHANDO UNA MIRADA A MIS VALORES”.

#### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : N° 6091 “CESAR VALLEJO”.
- 1.2. CICLO / GRADO / SECCIÓN : VI / 1° / “C”.
- 1.3. FECHA : 01 de setiembre.
- 1.4. DURACIÓN : 1 hora pedagógica.
- 1.5. DOCENTE : Prof. Mario Huayhua Hancoco.

#### 2. II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MP O
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Explorar y entender los valores propios y de los demás</li> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN			
		CONFLICTO COGNITIVO			
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>Vincula la nueva información con los saberes previos</li> <li>Elabora el nuevo aprendizaje en forma interactiva</li> <li>Confronta los contenidos con la realidad personal y social</li> <li>El docente conversa con sus estudiantes dentro del aula o en el patio lo siguiente.               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Quiénes son mis héroes y por qué?</li> <li>¿Cuáles son mis cuentos favoritos y por qué?</li> <li>¿Qué proverbios o dichos usa mi familia?</li> <li>¿Cómo lo utilizan mis padres el tiempo y el dinero?</li> <li>¿Cómo lo hago Yo?</li> <li>¿Qué tan a menudo ayudo a las personas que no son mis familiares?</li> <li>¿Si Yo fuera a heredar mucho dinero, en que lo gastaría?</li> <li>¿A qué personaje de la historia admiro?</li> <li>¿Practico algún credo o corriente religiosa?, ¿Cuáles son los mandatos principales?</li> <li>¿Si alguien fuera a escribir mi biografía hoy, cuáles de mis cualidades quisiera que incluyera?</li> <li>¿Cuál de mis haberes valoro más?</li> </ul> </li> <li>¿Cuál es mi mayor realización?</li> </ul>	Cuaderno Ficha de trabajo	20'
SALIDA	ACTUAR	APLICACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimula la práctica de virtudes y valores</li> <li>Promover la elaboración de compromisos concretos a nivel personal y social</li> </ul>	Cuaderno Lapiceros	5'
		TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación (reforzamiento)</li> <li>Finalmente, el docente saca una conclusión con todos los estudiantes.</li> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul> </li> </ul>	Papeles cartulina Ficha de evaluación	5'
		EVALUACIÓN			
SALIDA	REVISAR				
SALIDA	CELEBRAR	COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acción de gracias</li> </ul>	Cuaderno Folleto	5'





## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 5.

### “QUE SIGNIFICADO DOY A LOS VALORES”.

#### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : N° 6091 “CESAR VALLEJO”.
- 1.2. CICLO / GRADO / SECCIÓN : VI / 1° / “C”.
- 1.3. FECHA : 08 de setiembre.
- 1.4. DURACIÓN : 1 hora pedagógica.
- 1.5. DOCENTE : Prof. Mario Huayhua Hancoco.

#### II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MP O
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Explorar los diferentes valores que tienen en la vida</li> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN			
		CONFLICTO COGNITIVO			
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>Vincula la nueva información con los saberes previos</li> <li>Elabora el nuevo aprendizaje en forma interactiva</li> <li>Confronta los contenidos con la realidad personal y social</li> <li>Se escriben varios valores en papeles pequeños.</li> <li>Los estudiantes deben escoger uno de ellos al azar.</li> <li>Luego cada uno debe escribir todo lo que signifique para él el valor, cómo comunicamos ese valor entre los compañeros, en la escuela, en casa, etc.</li> <li>Comparten en grupo cada una de las exposiciones.</li> <li>El docente los incentiva a reflexionar a cerca de la importancia de los valores correspondientes.</li> </ul>	Papelitos con valores Cuaderno Ficha de trabajo Lapiceros	20'
	ACTUAR	APLICACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimula la práctica de valores:</li> <li>PAZ, RESPETO, AMOR, FELICIDAD, HONESTIDAD, HUMILDAD, RESPONSABILIDAD, SIMPLICIDAD, TOLERANCIA Y COOPERACIÓN</li> </ul>	Papelitos con valores	5'
SALIDA	REVISAR	TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación (reforzamiento)</li> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul> </li> </ul>	Ficha de evaluación	5'
		EVALUACIÓN			
	CELEBRAR	COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acción de gracias</li> </ul>	Cuaderno Folleto	5'



## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 6.

### “AMA A TU PRÓJIMO COMO A TI MISMO”.

#### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : N° 6091 “CESAR VALLEJO”.
- 1.2. CICLO / GRADO / SECCIÓN : VI / 1° / “C”.
- 1.3. FECHA : 15 de setiembre.
- 1.4. DURACIÓN : 1 hora pedagógica.
- 1.5. DOCENTE : Prof. Mario Huayhua Hanccho.

#### II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MP O
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Enseña a apreciar a los demás como a nosotros mismos</li> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN			
		CONFLICTO COGNITIVO			
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>Vincula la nueva información con los saberes previos</li> <li>Elabora el nuevo aprendizaje en forma interactiva</li> <li>Confronta los contenidos con la realidad personal y social</li> <li>El docente dirige la actividad.</li> <li>Se corta cuadrito de papel y se lo entrega a cada estudiante.</li> <li>Cada estudiante escoge en silencio (en su pensamiento) a otro compañero o compañera y escribe en el papel lo que la otra persona debe hacer; además debe firmar el papel. Por ejemplo: “Yo Andrea deseo que julio se pare en medio del salón y haga como perrito”.</li> <li>Luego que cada persona haya escrito su deseo, deberá doblar el papel y entregarlo al guía.</li> <li>El docente toma TODOS los papelitos y explica el nombre del juego “Ama a tu prójimo como a ti mismo” o “No hagas a otros lo que no quieras que hagan contigo”.</li> <li>Luego el docente va leyendo el papel por papel, cada estudiante deberá hacer lo que escribió en su papel. Todos deben participar.</li> <li>Esto no solo les dará una buena lección en cómo tratar a los demás, sino que también ayudará a crear confianza y pasaran un buen tiempo.</li> </ul>	Hojas Tijeras Lápices	20'
		APLICACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimula la práctica de virtudes y valores</li> <li>Promover la elaboración de compromisos concretos a nivel personal y social</li> </ul>	Cuaderno Lapiceros	5'
SALIDA	REVISAR	TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación (reforzamiento)</li> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul> </li> </ul>	Ficha de evaluación	5'
		EVALUACIÓN			
	CELEBRAR	COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acción de gracias</li> </ul>	Cuaderno Folleto	5'



## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 7.

### “CONCEPTO POSITIVO DE SÍ MISMO”.

#### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : N° 6091 “CESAR VALLEJO”.
- 1.2. CICLO / GRADO / SECCIÓN : VI / 1° / “C”.
- 1.3. FECHA : 22 de setiembre.
- 1.4. DURACIÓN : 1 hora pedagógica.
- 1.5. DOCENTE : Prof. Mario Huayhua Hancoco.

#### II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MP O
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Demostrar que sí es aceptable expresar oralmente las cualidades positivas que se poseen.</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> </ul>		
		CONFLICTO COGNITIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>		
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>Vincula la nueva información con los saberes previos</li> <li>Elabora el nuevo aprendizaje en forma interactiva</li> <li>Confronta los contenidos con la realidad personal y social</li> <li>Divida a los integrantes en grupos de dos. Pida a cada persona escribir en una hoja de papel cuatro o cinco cosas que realmente les agradan en sí mismas. (NOTA: La mayor parte de las personas suele ser muy modesta y vacila en escribir algo bueno respecto a sí mismo; se puede necesitar algún estímulo del guía. Por ejemplo: el guía puede revelar en forma “espontánea” la lista de cualidades de la persona, como entusiasta, honrada en su actitud, sería inteligente, simpática.)</li> <li>Después de tres o cuatro minutos, pida a cada persona que comparta con su compañero los conceptos que escribieron.</li> <li>Se les aplicará una pregunta para su reflexión: ¿Se sintió apenado con esta actividad? ¿Por qué? (Nuestra cultura nos ha condicionado para no revelar nuestros “egos” a los demás, aunque sea válido hacerlo). ¿Fue usted honrado consigo mismo. Es decir, no se explayó con los rasgos de su carácter? ¿Qué reacción obtuvo de sus compañeros cuando le reveló sus puntos fuertes? (por ejemplo, sorpresa, estímulo, reforzamiento).</li> </ul>	Cuaderno Hojas Lapiceros	20'
		APLICACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimula la práctica de virtudes y valores</li> <li>Promover la elaboración de compromisos concretos a nivel personal y social</li> </ul>		
SALIDA	REVISAR	TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación (reforzamiento)</li> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul> </li> </ul>	Ficha de evaluación	5'
		EVALUACIÓN			
	CELEBRAR	COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acción de gracias</li> </ul>	Cuaderno Folleto	5'



## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 8.

### “EL JUEGO DE LOS VOLUNTARIOS”.

#### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : N° 6091 “CESAR VALLEJO”.
- 1.2. CICLO / GRADO / SECCIÓN : VI / 1° / “C”.
- 1.3. FECHA : 29 de setiembre.
- 1.4. DURACIÓN : 1 hora pedagógica.
- 1.5. DOCENTE : Prof. Mario Huayhua Hancoco.

#### II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MP O
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Desarrollar sensibilidad y percepción acerca de las demás personas y del mundo en torno a mí.</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> </ul>		
		CONFLICTO COGNITIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>		
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>Vincula la nueva información con los saberes previos</li> <li>Elabora el nuevo aprendizaje en forma interactiva</li> <li>Confronta los contenidos con la realidad personal y social</li> <li>El docente aclara cómo los elementos psicológicos que contribuyen para crear un conflicto en alguien, pueden ser personificados. Como demostración de este método de aumentar el conocimiento interno en un grupo, solicita voluntarios para participar de una experiencia.</li> <li>A fin de ayudar a los participantes a comprender los sentimientos que los llevaron a la decisión de presentarse o no como voluntarios, el guía del grupo comentará lo siguiente: “En verdad, no necesito los voluntarios, pero me gustaría que ustedes me situaran en la experiencia que acaban de vivir, la de intentar decidir si se presentarían o no como voluntarios. Imaginen a dos personas dentro de la cabeza de ustedes. Una le dice que se presente y la otra le dice lo contrario. Visualicen una conversación entre las dos, en la cual intentan convencerle mutuamente, hasta que una de ellas vence”.</li> <li>Terminada esta presentación, el docente pide a los voluntarios que se confronten, no verbalmente, y vean lo que pasa, cerrando para eso los ojos durante unos dos o tres minutos, imaginando ese encuentro.</li> </ul>	Cuaderno Hoja de lectura Ficha de trabajo Lapiceros	20'
		ACTUAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimula la práctica de virtudes y valores</li> <li>Finalizado el tiempo, los participantes relataran al grupo sus visualizaciones.</li> <li>Promover la elaboración de compromisos concretos a nivel personal y social.</li> </ul>		
SALIDA	REVISAR	TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación (reforzamiento)</li> <li>Las historias individuales generalmente aclaran las consideraciones que entran en conflicto en el proceso de tomar la decisión de presentarse o no como voluntario.</li> </ul>	Papeles cartulina Ficha de evaluación	5'
		EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>El docente pide al grupo sus comentarios</li> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul> </li> </ul>		
	CELEBRAR	COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acción de gracias</li> </ul>	Cuaderno Folleto	5'



## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 9.

### “BUSCANDO ALMAS GEMELAS”.

#### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : N° 6091 “CESAR VALLEJO”.
- 1.2. CICLO / GRADO / SECCIÓN : VI / 1° / “C”.
- 1.3. FECHA : 06 de octubre.
- 1.4. DURACIÓN : 1 hora pedagógica.
- 1.5. DOCENTE : Prof. Mario Huayhua Hanccho.

#### II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MP O
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Favorece el conocimiento de los miembros del grupo</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> </ul>		
		CONFLICTO COGNITIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>		
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>Vincula la nueva información con los saberes previos</li> <li>Elabora el nuevo aprendizaje en forma interactiva</li> <li>Confronta los contenidos con la realidad personal y social</li> <li>Se hacen las preguntas a cada persona del grupo una hoja con las siguientes instrucciones: (Escribe tu nombre en cada una de las casillas que corresponda a cosas que tú sabes hacer).</li> <li>Después recorre la clase buscando personas que sepan hacer cada una de estas actividades. Escribe en rojo el nombre de las personas que saben hacer lo mismo que tú. ¿Sabes.....?</li> <li>Dibujar, nadar, jugar futbol, jugar ajedrez, bailar, cantar, tocar la guitarra, contar chistes, escribir poesía, cocinar, etc. ¿Te gusta / te gustan .....</li> <li>(Sigue las mismas instrucciones que en el ejercicio anterior)</li> <li>Cantar, estudiar, bailar, ir al cine, pasear por el parque, ir de compras, ir en moto, nadar, chatear, ir a la playa, ir al colegio, el carnaval, los animales, etc.</li> </ul>	Cuaderno Hoja Lapiceros	20'
		ACTUAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimula la práctica de virtudes y valores</li> <li>Promover la elaboración de compromisos concretos a nivel personal y social</li> </ul>		
		TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación (reforzamiento)</li> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul> </li> </ul>		
SALIDA	REVISAR	EVALUACIÓN		Ficha de evaluación	5'
		CELEBRAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acción de gracias</li> </ul>	Cuaderno Folleto	5'



## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 10.

### “MI ÁRBOL GENEALÓGICO”.

#### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : N° 6091 “CESAR VALLEJO”.
- 1.2. CICLO / GRADO / SECCIÓN : VI / 1° / “C”.
- 1.3. FECHA : 13 de octubre.
- 1.4. DURACIÓN : 1 hora pedagógica.
- 1.5. DOCENTE : Prof. Mario Huayhua Hancoco.

#### II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MPO
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Crear mi árbol genealógico</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> </ul>		
		CONFLICTO COGNITIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>		
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>Vincula la nueva información con los saberes previos</li> <li>Elabora el nuevo aprendizaje en forma interactiva</li> <li>Confronta los contenidos con la realidad personal y social</li> <li>Los estudiantes deberán utilizar una hoja de papel bond en donde con lápiz, borrador y pinturas dibujaran a su familia e irán colocando a cada uno de los miembros de su familia de acuerdo al orden correspondiente.</li> <li>Luego escribe un texto sobre su familia, cuando haya acabado, lo lee a un compañero o compañera para que lo revise e intente completar el árbol de la familia con la información que le ha dado.</li> <li>Finalmente se revisan los trabajos de sus compañeros para que vean cómo los hicieron.</li> </ul>	Cuaderno Hojas Lapiceros Borradores Pintura	20'
		APLICACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimula la práctica de virtudes y valores</li> <li>Promover la elaboración de compromisos concretos a nivel personal y social</li> </ul>		
SALIDA	REVISAR	TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación (reforzamiento)</li> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul> </li> </ul>	Ficha de evaluación	5'
		EVALUACIÓN			
	CELEBRAR	COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acción de gracias</li> </ul>	Cuaderno Folleto	5'



## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 11. “SENTIMIENTOS Y FAMILIA”.

### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : N° 6091 “CESAR VALLEJO”.  
 1.2. CICLO / GRADO / SECCIÓN : VI / 1° / “C”.  
 1.3. FECHA : 20 de octubre.  
 1.4. DURACIÓN : 1 hora pedagógica.  
 1.5. DOCENTE : Prof. Mario Huayhua Hanccho.

### II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MP O
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Reconocer los sentimientos que se dan en la familia</li> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN			
		CONFLICTO COGNITIVO			
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>El docente hablará con los estudiantes de todos los estados de ánimo y de los sentimientos que experimentan en casa a lo largo de una jornada cualquiera.</li> <li>El docente dará una hoja a cada estudiante para que escriban todas las emociones que recuerden.</li> <li>El docente pedirá que lean sus hojas.</li> <li>El docente recogerá todos los datos en la pizarra y lo hablará con ellos, a manera de confrontar diciendo: ¿Qué les parece: por qué unos han numerado mas sentimientos que otros?, Miren ahora cuántos de los estados de ánimo que han enumerado están relacionados con la felicidad y el amor, y cuantos están más cercanos a la tristeza y a la ira. ¿Qué tipo de sentimientos prevalece en tu lista? ¿De qué puede venir que algunos de los estudiantes han enumerado sobre todo sentimientos alegres y otros, en cambio, sentimientos tristes? Ahora quiero ver qué sentimientos domina en cada uno de sus familias. Pondremos en la pizarra todos los sentimientos que han nombrado ¿Cuáles son los más repetidos? ¿A qué se debe? Vean ahora ¿Cuáles sentimientos más repetidos figuran también en la lista que cada uno ha hecho? ¿Están todos o sólo algunos? ¿Cuáles faltan? ¿Por qué? Hablemos todo eso juntos ¿Qué sentimientos (cólera, ira, amor, miedo, ansiedad, ternura) experimento más frecuente? ¿Cómo lo reconozco? ¿Qué sentimientos expreso sobre todo con palabras? ¿Cuáles con mi cuerpo? ¿Por qué es importante que me dé cuenta de lo que experimento? ¿Qué sucede cuando una persona no manifiesta nunca sus sentimientos? ¿Conozco alguna? Y yo ¿Hablo a menudo d mis sentimientos? ¿Hablo en este grupo de lo que siento? Se trata de un juego relativamente fácil que permite un contacto, prevalentemente conceptual, con el mundo de los sentimientos.</li> </ul>	Cuaderno Hojas Pizarra Marcadores o tizas Lápices	20'
		ACTUAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Finalmente el docente sacará una conclusión final con los estudiantes, conversando que los sentimientos se pueden reconocer también por el cuerpo. Por ejemplo: modifican la tensión muscular, la temperatura corporal, nos hacen enrojecer, palidecer, etc.</li> <li>Promover la elaboración de compromisos concretos a nivel personal</li> </ul>	Cuaderno Lapiceros	5'
SALIDA	REVISAR	TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición:</li> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul>	Ficha de evaluación	5'
		EVALUACIÓN			
	CELEBRAR	COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acción de gracias</li> </ul>	folleto	5'





## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 12.

### “DERECHOS ASERTIVOS”.

#### I.- DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : N° 6091 “CESAR VALLEJO”.
- 1.2. CICLO / GRADO / SECCIÓN : VI / 1° / “C”.
- 1.3. FECHA : 27 de octubre.
- 1.4. DURACIÓN : 1 hora pedagógica.
- 1.5. DOCENTE : Prof. Mario Huayhua Hanccho.

#### II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

PROCESOS			ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIE MPO
INICIO	VER	MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explorar los saberes previos</li> <li>Explorar la auto afirmación, su alcances y límites</li> <li>Vincular el tema con la realidad de los estudiantes</li> <li>Suscita una actitud crítica y reflexiva frente al tema</li> </ul>	Pizarra Materiales adecuados	10'
		EXPLORACIÓN			
		CONFLICTO COGNITIVO			
PROCESO	JUZGAR	CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fundamentación del tema</li> <li>Vincula la nueva información con los saberes previos</li> <li>Elabora el nuevo aprendizaje en forma interactiva</li> <li>Confronta los contenidos con la realidad personal y social</li> <li>Se solicita a los participantes que identifiquen individualmente los derechos que creen tener en la familia, la escuela y la sociedad.</li> <li>Se forman subgrupos y se pide que traten de destacar con las contribuciones de cada participante, por lo menos cinco derechos que los subgrupos creen tener en lo familiar, lo escolar y lo social.</li> <li>Cuando terminan son leídas las conclusiones subgrupales pidiendo que se aclaren los puntos oscuros.</li> <li>El guía pide entonces que dado que lograron determinar estos derechos, pasen a determinar aquellos que creen tienen los miembros de sus familias, de su escuela y de la sociedad.</li> <li>Se repite el proceso anterior y se llega a conclusiones.</li> </ul> <p>HOJA DE TRABAJO. (Hoja para el participante)</p>	Cuaderno Hoja de lectura Ficha de trabajo Pizarra Lapiceros	20'
		APLICACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimula la práctica de virtudes y valores</li> <li>Promover la elaboración de compromisos concretos a nivel personal y social</li> </ul>	Cuaderno Lapiceros	5'
SALIDA	REVISAR	TRANSFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación (reforzamiento)</li> <li>Aplicación de lo aprendido Metacognición:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendimos?</li> <li>¿Cómo aprendimos?</li> <li>¿Para qué aprendimos?</li> </ul> </li> </ul>	Papeles cartulina Ficha de evaluación	5'
		EVALUACIÓN			
	CELEBRAR	COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acción de gracias</li> </ul>	Cuaderno Folletos	5'



## ANEXON° 4: MATRIZ DE VALIDACIÓN

**TÍTULO DEL TESIS:** *Influencia del programa "Aceptándome tal como soy" en la autoestima de los estudiantes de la institución educativa N° 6081 César Vallejo, Chorrillos, 2019*

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	GRUPO DE RESPUESTAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIONES Y/O RECOMENDACIONES
				Verdadero	Falso	Relación entre la variable y la variable		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta		
						SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
<b>Autoestima</b> "La autoestima es la percepción que la persona realiza / que realmente merece en relación a sí misma, expresa una actitud de aprobación o desaprobación a través de la que para la persona se construye una imagen, constante, con estabilidad y firmeza" - Colectivo, 8, (1997)	Área de 80 minutos: habilidad para construir defensas hacia la crítica y degradación de hechos, relaciones, valores y orientaciones positivas respecto de sí mismo, además mantienen actitudes positivas.	Yo general	1.- Las cosas mayormente no me preocupan					✓		✓		✓		
			2.- Hay muchas cosas sobre mí mismo que cambiaría si pudiera					✓		✓		✓		
			3.- Puedo tomar decisiones sin dificultad					✓		✓		✓		
			4.- He tomado bastante tiempo académicamente a algo nuevo					✓		✓		✓		
			5.- He sido tímido					✓		✓		✓		
			6.- Es bastante difícil ver "Yo mismo"					✓		✓		✓		
			7.- No sé cómo solucionar los problemas					✓		✓		✓		
			8.- Tengo una mala opinión acerca de mí					✓		✓		✓		
			9.- Muchas veces me preguntaría cómo de mí caso					✓		✓		✓		
			10.- Si tengo algo que decir, generalmente lo digo					✓		✓		✓		
			11.- Desearía ser otra persona					✓		✓		✓		
			12.- No se puede contar en mí					✓		✓		✓		
			13.- Estoy seguro de mí mismo					✓		✓		✓		
			14.- Paso bastante tiempo sintiendo desilusión					✓		✓		✓		
			15.- Desearía tener menos edad que la que tengo					✓		✓		✓		
			16.- Alguien siempre sabe que decirme lo que debo hacer	✓				✓		✓		✓		

<p><b>Área Social:</b> La aceptación de sí mismo y la aceptación social están muy combinadas. Se perciben a sí mismos como significativamente más populares. Establecen expectativas sociales de aprobación y receptividad por parte de otras personas.</p>		17.- Generalmente me arrepiento de las cosas que hago					✓		✓		✓		
		18.- Generalmente puedo cuidarme solo					✓		✓		✓		
		19.- Soy bastante feliz					✓		✓		✓		
		20.- No entiendo a mí mismo					✓		✓		✓		
		21.- Fui a tomar una decisión y mantenerla					✓		✓		✓		
		22.- Realmente no me gusta ser un niño(a)					✓		✓		✓		
		23.- Generalmente me avergüenza de mí mismo					✓		✓		✓		
		24.- No me importa lo que me pase					✓		✓		✓		
		25.- Soy un fracasado					✓		✓		✓		
		26.- Me fastidio fácilmente cuando me llaman la atención				✓	✓		✓		✓		
	<p>Contáame del Yo social</p>	27.- Soy una persona muy divertida					✓		✓		✓		
		28.- Soy conocido entre los chicos de mi edad					✓		✓		✓		
		29.- Los chicos mayormente aceptan mis ideas					✓		✓		✓		
		30.- La mayoría de las personas creen mejor de lo que yo calgo					✓		✓		✓		
		31.- Me aceptan fácilmente en el grupo					✓		✓		✓		
		32.- Preferiría jugar con los niños más pequeños que yo					✓		✓		✓		
		33.- No me gusta estar con otras personas					✓		✓		✓		
		34.- Los chicos generalmente se la agarran conmigo				✓	✓		✓		✓		
	<p>Hogar Padres</p>	35.- Soy una persona muy divertida					✓		✓		✓		
		36.- Soy conocido entre los chicos de mi edad					✓		✓		✓		
		37.- Los chicos mayormente aceptan mis ideas					✓		✓		✓		

<p><b>Área Hogar:</b> poseen mayor independencia, comparten ciertas pautas de valores y sistemas de aspiraciones con la familia, poseen concepciones propias acerca de los que está bien o mal dentro del marco familiar.</p>		38.- La mayoría de las personas caen mejor de lo que yo caigo			✓		✓		
		39.- Me aceptan fácilmente en el grupo			✓	✓	✓		
		40.- Preferiría jugar con los niños más pequeños que yo			✓	✓	✓		
		41.- No me gusta estar con otras personas			✓	✓	✓		
		42.- Los chicos generalmente se le agarran conmigo			✓	✓	✓		
<p><b>Área Escuela:</b> Posee buena capacidad para aprender, en las áreas de conocimiento especiales y formación particular. Trabajan más a gusto tanto en forma individual como grupal, alcanzan rendimientos académicos mayores de lo esperado, son más realistas en la evaluación de sus propios resultados de logros y no se dan por vencidos fácilmente si algo les sale mal, son competitivos.</p>	Academia Escolar	43.- Me es difícil hablar frente a la clase			✓	✓	✓		
		44.- Mayormente me siento fastidiado en la escuela			✓	✓	✓		
		45.- Me siento desanimado en la escuela			✓	✓	✓		
		46.- Estoy orgulloso de mi rendimiento en la escuela			✓	✓	✓		
		47.- Estoy haciendo lo mejor que puedo			✓	✓	✓		
		48.- Me gusta mucho cuando me llaman a la pizarra			✓	✓	✓		
		49.- No me está yendo tan bien en la escuela como yo quisiera			✓	✓	✓		
		50.- Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficiente capaz		✓	✓	✓	✓		

*U. Pademillas As*  
Dra. Violeta Pademillas Albornoz  
CPH: 1002748669

**FIRMA  
DEL EVALUADOR**

## ANEXO N° 4: MATRIZ DE VALIDACIÓN


**TÍTULO DE LA TESIS:** *Influencia del programa "Aceptándome tal como soy" en la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo, Chorrillos, 2016*

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA		CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIONES Y/O RECOMENDACIONES	
				Verdadero	Falso	Relación entre la variable	Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta				
							SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI		NO
Autoestima "La autoestima es la evaluación que la persona realiza / que habitualmente realiza en relación a sí misma; expresa una actitud de aprobación o desaprobación e incluye todo lo que para la persona es consistente con su concepto de sí mismo". Cooper (1987), p. 11367.	Área de Si mismo: Habilidad para construir defensas hacia la crítica y designación de hechos, opiniones, valores y orientaciones favorables respecto de sí mismo, además mantienen actitudes positivas.	Yo general	1.- Las cosas mayormente no me preocupan						✓		✓		✓		
			2.- Hay muchas cosas sobre mí mismo que cambiaría si pudiera						✓		✓		✓		
			3.- Puedo tomar decisiones sin dificultad						✓		✓		✓		
			4.- Me toma bastante tiempo acostumbrarme a algo nuevo						✓		✓		✓		
			5.- Me rido fácilmente						✓		✓		✓		
			6.- Es bastante difícil ser "yo mismo"						✓		✓		✓		
			7.- Mi vida está llena de problemas						✓		✓		✓		
			8.- Tengo una mala opinión acerca de mí			✓			✓		✓		✓		
			9.- Muchas veces me gustaría irme de mi casa						✓		✓		✓		
			10.- Si tengo algo que decir, generalmente lo digo						✓		✓		✓		
			11.- Quisiera ser otra persona						✓		✓		✓		
			12.- No se puede confiar en mí						✓		✓		✓		
			13.- Estoy seguro de mí mismo						✓		✓		✓		
			14.- Paso bastante tiempo soñando despierto						✓		✓		✓		
			15.- Quisiera tener menos edad que la que tengo						✓		✓		✓		
			16.- Alguien siempre tiene que decirme lo que debo hacer						✓		✓		✓		



[illegible]

Área Hogar: poseen mayor independencia, comparten ideas, posturas de valores y sistemas de aspiraciones con la familia, poseen competencias propias, actúan de lo que está bien o mal dentro del núcleo familiar.		Área Escuela: Posee buena capacidad para aprender, en las áreas de conocimiento, especialidades y formación particular. Trabajan más a gusto tanto en forma individual como grupal, alcanzan conductas académicas mayores de lo esperado, son más resistentes en la evaluación de sus propios resultados de logros y no se dan por vencidos fácilmente si algo les sale mal, son competitivos.		Académica Escolar		38.- La mayoría de las personas caen mejor de lo que yo caigo		39.- Me aceptan fácilmente en el grupo		40.- Prefiero jugar con los niños más pequeños que yo		41.- No me gusta estar con otras personas		42.- Los chicos generalmente se la agenan conmigo		43.- Me es difícil hablar frente a la clase		44.- Mayormente me siento fastidiado en la escuela		45.- Me siento desanimado en la escuela		46.- Estoy orgulloso de mi rendimiento en la escuela		47.- Estoy haciendo lo mejor que puedo		48.- Me gusta mucho cuando me llaman a la pizarra		49.- No me está yendo tan bien en la escuela como yo quisiera		50.- Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficiente capaz	
							✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓



**FIRMA  
DEL EVALUADOR**

## ANEXO N° 4: MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DEL TESIS: *Influencia del programa "Aceptándome tal como soy" en la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo, Chorrillos. 2016*

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA		CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIONES Y/O RECOMENDACIONES
				Verdadero	Falso	Relación entre la variable	Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta			
							SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	
Autoestima "La autoestima es la evaluación que la persona realiza y que habitualmente mantiene en relación a sí mismo, expresa una actitud de aprobación o desaprobación a"	Área de Sí mismo: Habilidad para construir defensas hacia la crítica y designación de hechos, opiniones, valores y orientaciones favorables respecto de sí mismo, además mantienen actitudes positivas.	Yo general	1.- Las cosas mayormente no me preocupan			✓			✓		✓			
			2.- Hay muchas cosas sobre mí mismo que cambiaría si pudiera			✓			✓		✓			
			3.- Puedo tomar decisiones sin dificultad			✓			✓		✓			
			4.- Me toma bastante tiempo acostumbrarme a algo nuevo			✓			✓		✓			
			5.- Me rindo fácilmente			✓			✓		✓			
			6.- Es bastante difícil ser "Yo mismo"			✓			✓		✓			
			7.- Mi vida está llena de problemas			✓			✓		✓			
			8.- Tengo una mala opinión acerca de mí			✓			✓		✓			
			9.- Muchas veces me gustaría irme de mi casa			✓			✓		✓			
			10.- Si tengo algo que decir, generalmente lo digo			✓			✓		✓			
			11.- Desearía ser otra persona			✓			✓		✓			
			12.- No se puede confiar en mí			✓			✓		✓			
			13.- Estoy seguro de mí mismo						✓		✓		✓	
			14.- Paso bastante tiempo sufriendo despierto				✓		✓		✓		✓	
			15.- Desearía tener menos edad que la que tengo				✓		✓		✓		✓	
			16.- Alguien siempre tiene que decirme lo que debo hacer				✓		✓		✓		✓	

**ESQUEMA DE POSTGRADO**  
Escuela de Postgrado

			17.- Generalmente me arrepiento de las cosas que hago			✓		✓		✓		✓		
			18.- Generalmente puedo cuidarme solo			✓		✓		✓		✓		
			19.- Soy bastante feliz			✓		✓		✓		✓		
			20.- Me entiendo a mí mismo			✓		✓		✓		✓		
			21.- Puedo tomar una decisión y mantenerla			✓		✓		✓		✓		
			22.- Realmente no me gusta ser un niño(a)			✓		✓		✓		✓		
			23.- Generalmente me avergüenzo de mí mismo			✓		✓		✓		✓		
			24.- No me importa lo que me pase			✓		✓		✓		✓		
			25.- Soy un fracasado			✓		✓		✓		✓		
			26.- Me fastidio fácilmente cuando me llaman la atención			✓		✓		✓		✓		
Área Social: La aceptación de sí mismo y la aceptación social están muy combinadas. Se perciben a sí mismos como significativamente más populares. Establecen expectativas sociales de aprobación y reactividad por parte de otras personas.	Coetáneos del Yo social		27.- Soy una persona muy divertida			✓		✓		✓		✓		
			28.- Soy conocido entre los chicos de mi edad			✓		✓		✓		✓		
			29.- Los chicos mayormente aceptan mis ideas			✓		✓		✓		✓		
			30.- La mayoría de las personas ven mejor de lo que yo creo			✓		✓		✓		✓		
			31.- Me aceptan fácilmente en el grupo			✓		✓		✓		✓		
			32.- Prefiero jugar con los niños más pequeños que yo			✓		✓		✓		✓		
			33.- No me gusta estar con otras personas			✓		✓		✓		✓		
Área Hogar: poseen mayor independencia,	Hogar Padres		34.- Los chicos generalmente se la agarran conmigo			✓		✓		✓		✓		
			35.- Soy una persona muy divertida			✓		✓		✓		✓		
			36.- Soy conocido entre los chicos de mi edad			✓		✓		✓		✓		
			37.- Los chicos mayormente aceptan mis ideas			✓		✓		✓		✓		



	comparten ciertas pautas de valores y sistemas de aspiraciones con la familia, poseen concepciones propias acerca de los que está bien o mal dentro del marco familiar.		mejor de lo que yo oigo			✓		✓		✓		✓	
			39.- Me aceptan fácilmente en el grupo			✓		✓		✓		✓	
			40.- Preferiría jugar con los niños más pequeños que yo			✓		✓		✓		✓	
			41.- No me gusta estar con otras personas			✓		✓		✓		✓	
			42.- Los chicos generalmente se le agarran conmigo			✓		✓		✓		✓	
	Área Escuela: Posee buena capacidad para aprender, en las áreas de conocimiento especiales y formación particular. Trabajan más a gusto tanto en forma individual como grupal, alcanzan rendimientos académicos mayores de lo esperado, son más realistas en la evaluación de sus propios resultados de logros y no se dan por vencidos fácilmente si algo les sale mal, son competitivos.	Academia Escolar	43.- Me es difícil hablar frente a la clase			✓		✓		✓		✓	
			44.- Mayormente me siento fastidiado en la escuela			✓		✓		✓		✓	
			45.- Me siento desanimado en la escuela			✓		✓		✓		✓	
			46.- Estoy orgulloso de mi rendimiento en la escuela			✓		✓		✓		✓	
			47.- Estoy haciendo lo mejor que puedo			✓		✓		✓		✓	
		48.- Me gusta mucho cuando me llaman a la pizarra			✓		✓		✓		✓		
		49.- No me está yendo tan bien en la escuela como yo quisiera			✓		✓		✓		✓		
		50.- Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficiente capaz			✓		✓		✓		✓		

**FIRMA DEL EVALUADOR**  
C. RUIZ "Sandra Teresa de Guzmán"

## Anexo F: Certificados de validez



### MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO 1:**

"Cuestionario del inventario de autoestima" de Stanley Coopersmith.

**OBJETIVO:** Conocer los niveles de autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo, Chorrillos, 2016.

**DIRIGIDO A:** Los estudiantes de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo Chorrillos.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Dra. Violeta Cadenillas Albornoz.

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Doctora

**VALORACIÓN:**

<del>Muy Alto</del>	Alto	Medio	Bajo	Muy Bajo
---------------------	------	-------	------	----------

*(Firma)*  
Dra. Violeta Cadenillas Albornoz  
CPPD. 1009748660

**FIRMA DEL EVALUADOR**



## INSTRUCCIONES

1. A continuación se presenta un conjunto de proposiciones referidas a diferentes aspectos del módulo. Frente a esta proposición marque con un aspa el casillero correspondiente, según el grado de apreciación.

CUESTIONARIO	APRECIACIÓN					Observación sugerencias
	Totalmente de acuerdo 5	De acuerdo 4	Parcialmente de acuerdo 3	En desacuerdo 2	Totalmente en desacuerdo 1	
1.- ¿Las competencias propuestas concuerdan con el contenido de la sesión?	✓					
2.- ¿Las competencias están formulados en lenguaje claro y preciso?	✓					
3.- ¿Las competencias propuestas son factibles de ser logradas?	✓					
4.- ¿La sesión está desarrollada en lenguaje claro y preciso?	✓					
5.- ¿Se encuentra la sesión dosificada adecuadamente?	✓					
6.- ¿La sesión facilita el desarrollo de la comunicación / expresión oral en grupos?	✓					
7.- ¿Las actividades propuestas son motivadoras para el aprendizaje?	✓					
8.- ¿Las actividades son factibles de ser cumplidas por los estudiantes?	✓					
9.- ¿Las sesiones son interesantes y significativas?	✓					
10.- ¿Las sesiones tienen relación con las dimensiones de la variable independiente?	✓					
11.- ¿Las sesiones permiten el logro de actitudes?	✓					
12.- ¿Las sesiones muestran secuencia metodológica?	✓					
13.- ¿Las hojas de aplicación permiten el desarrollo del aprendizaje?	✓					
14.- ¿Las hojas de aplicación son motivadoras para el estudiante?	✓					
15.- ¿Los recursos a usar facilitan el desarrollo de las actividades?	✓					

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Existe Suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable ☒

Aplicable después de corregir ☐

No aplicable ☐

Apellido y nombres del juez evaluador:

Dra. Cadenillas Albornoz Violeta

DNI: 09748659

Especialidad del validador:

Dra. Metodeloga

Nota: suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítem planteados son suficientes para medir la dimensión,

Cadenillas A

Dra. Violeta Cadenillas Albornoz  
CPPe 1006748659

3 de Septiembre del 2018



### MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO 1:

"Cuestionario del Inventario de autoestima" de Stanley Coopersmith.

OBJETIVO: Conocer los niveles de autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 8091 César Vallejo, Chorrillos, 2016.

DIRIGIDO A: Los estudiantes de la Institución Educativa N° 8091 César Vallejo Chorrillos.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: *CARHUAPOMA GUERRERO Abraham*

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: *Magister en Educación*

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto	Medio	Bajo	Muy Bajo
----------	------	-------	------	----------

*Abraham*  
 CARHUAPOMA GUERRERO ABRAHAM  
 Magister en Educación  
 FIRMA DEL EVALUADOR



## INSTRUCCIONES

1. A continuación se presenta un conjunto de proposiciones referidas a diferentes aspectos del módulo. Frente a esta proposición marque con un aspa el casillero correspondiente, según el grado de apreciación.

CUESTIONARIO	APRECIACIÓN					Observación sugerencias
	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Parcialmente de acuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	
1.- ¿Las competencias propuestas concuerdan con el contenido de la sesión?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2.- ¿Las competencias están formuladas en lenguaje claro y preciso?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
3.- ¿Las competencias propuestas son factibles de ser logradas?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4.- ¿La sesión está desarrollada en lenguaje claro y preciso?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5.- ¿Se encuentra la sesión dosificada adecuadamente?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6.- ¿La sesión facilita el desarrollo de la comunicación / expresión oral en grupo?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7.- ¿Las actividades propuestas son pertinentes para el aprendizaje?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
8.- ¿Las actividades son factibles de ser cumplidas por los estudiantes?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
9.- ¿Las sesiones son interesantes y significativas?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
10.- ¿Las sesiones tienen relación con los objetivos de la carrera correspondiente?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
11.- ¿Las sesiones permiten el logro de actitudes?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
12.- ¿Las sesiones muestran secuencia metodológica?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
13.- ¿Las hojas de aplicación permiten el desarrollo del aprendizaje?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
14.- ¿Las hojas de aplicación son motivadoras para el estudiante?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
15.- ¿Los recursos a usar facilitan el desarrollo de las actividades?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Observaciones (omitir si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: ☒ Aplicable ☐ No aplicable ☐ No aplicable

Apellido y nombres del juez evaluador:

CAROLABONIA LUCRERO Alvarado

DNI: 06054109

Especialidad del evaluador:

Magister en Educación

Nota: suficiencia, se debe autorizar cuando las hojas planteadas son suficientes para medir la suficiencia.

17 de Noviembre del 2018



### MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO 1:**

"Cuestionario del inventario de autoestima" de Stanley Coopersmith.

**OBJETIVO:** Conocer los niveles de autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo, Chorrillos. 2016.

**DIRIGIDO A:** Los estudiantes de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo Chorrillos.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Merma Cruz, Elías.

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Magister

**VALORACIÓN:**

Muy Alto	<del>Alto</del>	Medio	Bajo	Muy Bajo
----------	-----------------	-------	------	----------

*[Firma manuscrita]*  
 .....  
 Mag. Elías Merma Cruz  
 DOCENTE  
 I.E. N° 6091 "Santa Teresa de Chorrillos"  
**FIRMA DEL EVALUADOR**



## INSTRUCCIONES

1. A continuación se presenta un conjunto de proposiciones referidas a diferentes aspectos del módulo. Frente a esta proposición marque con un aspa el casillero correspondiente, según el grado de apreciación.

CUESTIONARIO	APRECIACIÓN					Observación sugerencias
	Totalmente de acuerdo 5	De acuerdo 4	Parcialmente de acuerdo 3	En desacuerdo 2	Totalmente en desacuerdo 1	
1.- ¿Las competencias propuestas concuerdan con el contenido de la sesión?	✓					
2.- ¿Las competencias están formulados en lenguaje claro y preciso?	✓					
3.- ¿Las competencias propuestas son fáciles de ser aprendidas?	✓					
4.- ¿La sesión está desarrollada en lenguaje claro y preciso?	✓					
5.- ¿Se encuentra la sesión clasificada adecuadamente?	✓					
6.- ¿La sesión facilita el desarrollo de la comunicación / expresión oral en grupos?	✓					
7.- ¿Las actividades propuestas son motivadoras para el aprendizaje?	✓					
8.- ¿Las actividades son fáciles de ser cumplidas por los estudiantes?	✓					
9.- ¿Las sesiones son interesantes y significativas?	✓					
10.- ¿Las sesiones tienen relación con los contenidos de la variable independiente?	✓					
11.- ¿Las sesiones permiten el logro de aprendizajes?	✓					
12.- ¿Las sesiones muestran secuencia metodológica?	✓					
13.- ¿Las hojas de aplicación permiten el desarrollo del aprendizaje?	✓					
14.- ¿Las hojas de aplicación son motivadoras para el estudiante?	✓					
15.- ¿El material de apoyo facilita el desarrollo de las actividades?	✓					

Observaciones (precisar si hay antinomia): .....

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X]      Aplicable después de corregir [ ]      No aplicable [ ]

Apellido y nombres del juez evaluador:

*Norma Cruz Elías*

DNI: 23227404

Especialidad del validador:

*Didáctica y Const.*

Nota: suficiencia, no tiene suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

*Norma Cruz Elías*  
DOCENTE  
CENTRO "Santa Teresa de Chonillos"

23 de 11 del 2016.

## Anexo G: base de datos de la confiabilidad de la variable autoestima

[illegible]

Se trabajó con un muestra piloto de 30 estudiantes del 1° grado de secundaria de la I.E. № 6091 “César Vallejo” Chorrillos, 2016

Se aplicó KR- 20:  $Confiabilidad = \frac{50}{50-1} \left[ 1 - \frac{9.2}{133} \right] = (50/49) (1 - 0,07) = (1,02) (0,93) = 0,95$

**Interpretación:** La confiabilidad de la autoestima presenta una confiabilidad muy alta con un valor de 0,95 puntos.



## Anexo H: Base de datos del estudio

### Pretest del grupo control

GRUPO CONTROL - PRETEST																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								</	
-------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----	--

### Pretest del grupo Experimental

GRUPO EXPERIMENTAL - PRETEST																																																							
N°	1	3	4	7	10	12	13	15	18	19	24	25	26	29	30	32	33	35	36	39	42	43	45	48	49	50	D1	5	8	14	21	27	37	44	46	D2	6	9	11	16	20	22	28	40	D3	2	17	23	31	34	38	41	47	D4	Total V1
1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	11	0	0	1	0	1	1	0	0	3	1	1	0	1	1	0	0	0	4	0	0	0	1	0	1	0	1	3	21
2	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	15	0	0	0	0	0	1	1	1	3	1	0	0	1	0	1	0	1	4	1	0	1	0	0	0	0	1	3	25
3	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	17	0	0	0	1	0	1	1	1	4	1	0	1	1	0	1	0	1	5	1	1	1	0	0	1	0	1	5	31
4	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	13	0	0	1	1	0	1	1	0	4	0	0	0	1	0	1	0	1	3	1	0	0	0	0	0	0	1	2	22
5	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	13	0	0	1	0	0	1	0	0	2	1	0	0	1	0	1	0	0	3	0	0	0	0	1	1	1	1	4	22
6	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	15	0	1	0	0	1	1	0	0	3	0	0	0	0	0	1	1	2	1	1	0	1	0	0	0	1	4	24	
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	20	0	0	0	1	0	1	1	1	4	1	0	0	1	0	1	0	1	4	1	1	1	0	0	1	1	1	6	34
8	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	13	0	0	0	1	1	1	0	1	4	0	0	1	0	0	1	0	2	0	1	1	1	0	1	1	1	6	25	
9	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	11	1	1	0	0	0	0	0	1	3	1	0	1	0	1	0	1	0	4	0	1	1	1	1	0	0	4	22	
10	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	13	1	0	1	0	1	1	1	1	6	0	1	0	1	0	0	0	1	3	1	1	0	1	0	1	0	4	26	
11	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	17	1	0	1	0	0	1	1	1	5	1	0	0	0	0	1	0	1	3	1	1	1	0	0	1	0	0	4	29
12	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	7	0	0	1	0	1	0	0	0	2	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	10		
13	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	17	0	0	0	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	0	1	0	1	4	1	1	1	1	1	1	1	8	34	
14	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	18	0	0	0	1	0	1	1	1	4	1	0	0	1	0	1	0	1	4	0	1	1	0	0	1	1	1	5	31
15	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	17	0	0	0	1	0	1	0	1	3	1	0	0	1	0	1	0	1	4	0	0	0	1	0	1	0	2	26	
16	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	15	0	0	0	0	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	1	0	1	5	0	1	1	0	0	1	1	1	5	27
17	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	14	0	0	0	1	0	1	0	0	2	1	0	0	1	0	1	0	1	4	1	1	1	1	1	1	0	1	7	27
18	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	17	0	0	1	1	0	0	1	1	4	0	0	1	1	0	1	0	1	4	0	1	1	1	1	1	0	1	6	31
19	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	12	0	0	0	0	0	1	1	1	3	1	1	0	1	1	0	1	0	5	0	1	1	0	0	1	0	1	4	24
20	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	15	0	0	0	1	0	1	1	1	4	0	0	0	1	0	1	0	1	3	0	1	1	0	0	1	1	1	5	27
21	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	15	0	0	1	1	0	1	1	1	5	1	0	0	1	0	1	0	1	4	0	1	1	0	0	1	1	0	4	28
22	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	1	0	1	0	0	2	14
23	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	10	0	0	0	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	0	1	0	1	4	0	1	1	1	0	1	0	1	5	24
24	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	15	0	0	0	1	0	1	0	1	3	1	0	0	0	0	0	1	2	0	0	1	1	0	0	0	1	3	23	
25	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	14	1	0	0	1	0	0	1	1	4	0	0	0	1	0	1	0	1	3	1	1	1	1	0	1	1	0	6	27
26	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	16	0	0	0	1	0	1	1	1	4	1	0	0	1	0	1	0	1	4	1	1	1	0	0	1	0	1	5	29
27	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	19	0	0	0	1	0	1	1	1	4	1	0	0	1	0	1	0	1	4	0	1	1	0	0	1	1	1	5	32
28	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	14	0	0	0	0	0	1	0	1	2	1	0	0	1	0	1	0	1	4	0	1	1	0	0	0	1	1	4	24
29	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	17	0	0	0	1	0	1	0	1	3	1	0	0	1	0	1	0	1	4	0	0	0	1	0	1	0	0	2	26
30	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	15	0	0	0	0	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	1	0	1	5	0	1	1	0	0	1	1	1	5	27

### Posttest del grupo control

GRUPPO CONTROL - POSTTEST																																																									
N°	1	3	4	7	10	12	13	15	18	19	24	25	26	29	30	32	33	35	36	39	42	43	45	48	49	50	D1	5	8	14	21	27	37	44	46	D2	6	9	11	16	20	22	28	40	D3	2	17	23	31	34	38	41	47	D4	Total V1		
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	18	0	0	0	1	0	1	1	1	4	1	0	1	1	0	1	0	1	5	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	5	32
2	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	12	1	0	1	0	1	0	1	1	5	0	0	0	1	1	1	0	1	4	1	0	1	0	0	1	0	1	4	25	
3	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	20	0	0	0	1	0	1	1	1	4	0	0	0	1	0	1	0	1	3	0	1	1	0	0	1	1	1	5	32		
4	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	14	0	0	1	1	1	1	1	0	5	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	2	22			
5	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	18	0	0	0	1	0	1	1	1	4	1	0	0	1	0	1	0	1	4	1	1	1	1	1	1	0	1	7	33		
6	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	16	0	0	0	1	0	1	1	1	4	0	1	0	0	1	0	1	0	3	1	1	1	1	0	1	0	1	6	29	
7	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	17	0	1	0	1	0	0	1	1	4	1	0	1	1	1	0	0	1	5	0	1	1	0	0	1	1	1	5	31	
8	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	14	0	0	1	1	0	0	1	1	4	0	0	0	0	1	0	1	0	2	0	1	1	0	0	1	0	1	4	24	
9	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	14	0	0	1	1	0	1	0	0	3	0	1	0	0	1	0	1	1	4	0	1	1	0	0	1	1	0	4	25		
10	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	12	0	0	0	1	0	0	1	1	3	0	0	0	1	0	0	1	0	2	1	1	0	1	1	0	0	1	5	22		
11	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	12	0	0	0	1	0	0	1	1	3	0	0	1	1	1	1	0	1	5	0	1	1	1	0	1	0	1	5	25		
12	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	19	0	0	0	1	0	0	0	1	2	1	0	0	1	0	1	0	1	4	0	1	1	0	0	1	1	1	5	30		
13	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	11	0	1	1	1	0	1	1	0	5	1	0	0	1	0	1	0	0	3	0	0	0	1	0	1	1	1	4	23		
14	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	14	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	4	0	1	1	0	0	0	1	1	4	23		
15	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	14	0	0	1	0	0	1	1	0	3	0	0	0	0	0	1	0	1	2	1	0	1	0	0	0	1	1	4	23		
16	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	18	0	0	0	1	0	1	1	1	4	1	0	1	1	0	1	0	1	5	1	1	1	0	0	1	0	1	5	32		
17	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	12	1	0	1	0	1	0	1	1	5	0	0	0	1	1	1	0	1	4	1	0	1	0	0	1	0	1	4	25		
18	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	20	0	0	0	1	0	1	1	1	4	0	0	0	1	0	1	0	1	3	0	1	1	0	0	1	1	1	5	32		
19	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	14	0	0	1	1	1	1	1	0	5	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	2	22			
20	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	18	0	0	0	1	0	1	1	1	4	1	0	0	1	0	1	0	1	4	1	1	1	1	1	1	0	1	7	33		
21	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	16	0	0	0	1	0	1	1	1	4	0	1	0	0	1	0	1	0	3	1	1	1	1	0	1	0	1	6	29		
22	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	17	0	1	0	1	0	0	1	1	4	1	0	1	1	1	0	0	1	5	0	1	1	0	0	1	1	1	5	31		
23	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	14	0	0	1	1	0	0	1	1	4	0	0	0	0	1	0	1	0	2	0	1	1	0	0	1	0	1	4	24		
24	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	14	0	0	1	1	0	1	0	0	3	0	1	0	0	1	0	1	1	4	0	1	1	0	0	1	1	0	4	25		
25	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	12	0	0	0	1	0	0	1	1	3	0	0	0	1	0	0	1	0	2	1	1	0	1	1	0	0	1	5	22		
26	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	12	0	0	0	1	0	0	1	1	3	0	0	1	1	1	1	0	1	5	0	1	1	1	0	1	0	1	5	25		
27	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	19	0	0	0	1	0	0	0	1	2	1	0	0	1	0	1	0	1	4	0	1	1	0	0	1	1	1	5	30		
28	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	11	0	1	1	1	0	1	1	0	5	1	0	0	1	0	1	0	0	3	0	0	0	1	0	1	1	1	4	23		
29	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	14	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	4	0	1	1	0	0	0	1	1	4	23		
30	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	14	0	0	1	0	0	1	1	0	3	0	0	0	0	0	1	0	1	2	1	0	1	0	0	0	1	1	4	23		

### Posttest del grupo experimental

GRUPO EXPERIMENTAL - POSTTEST																																																								
N°	1	3	4	7	10	12	13	15	18	19	24	25	26	29	30	32	33	35	36	39	42	43	45	48	49	50	D1	5	8	14	21	27	37	44	46	D2	6	9	11	16	20	22	28	40	D3	2	17	23	31	34	38	41	47	D4	Total V1	
1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	12	0	0	0	1	0	1	0	1	3	0	1	0	0	1	0	0	1	3	1	1	1	1	0	1	1	0	1	6	24
2	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	23	1	1	0	1	1	1	1	1	7	1	1	1	0	1	1	1	0	6	1	1	0	1	1	1	0	1	6	42	
3	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	18	0	1	1	0	0	0	0	0	2	0	0	0	1	0	1	0	1	3	1	1	1	0	0	1	0	1	5	28	
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	23	1	1	0	1	1	1	1	1	7	1	0	1	1	1	1	0	1	6	0	1	1	1	0	1	1	1	6	42	
5	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	19	1	1	1	0	1	1	1	1	7	0	1	0	0	1	0	1	0	3	0	0	1	0	0	1	1	1	4	33	
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	23	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	0	1	1	1	1	1	0	6	1	0	1	1	1	1	1	0	6	43	
7	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	16	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	3	1	1	1	0	0	0	0	1	4	24	
8	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	23	1	1	1	1	1	1	1	0	7	1	1	1	0	1	1	1	0	6	0	1	1	0	1	1	1	1	6	42	
9	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	19	1	0	1	0	0	1	0	1	4	0	0	0	1	1	1	0	1	4	1	1	0	0	0	1	1	1	5	32	
10	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	23	1	1	0	1	0	1	0	1	5	1	0	0	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	0	1	1	1	7	41	
11	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	16	0	1	1	1	1	1	0	1	6	1	0	1	0	1	1	0	1	5	0	1	1	1	0	1	1	1	6	33	
12	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	18	1	0	0	1	1	1	1	1	6	1	0	1	1	1	1	0	6	0	1	0	0	1	1	0	0	3	33		
13	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	21	0	1	1	1	0	1	1	1	6	1	0	1	0	1	1	0	1	5	1	1	1	0	1	1	1	1	7	39	
14	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	17	1	1	1	0	1	1	0	1	6	1	1	0	1	0	0	1	1	5	0	1	1	0	1	1	1	1	6	34	
15	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	21	0	1	0	1	1	0	1	5	1	1	0	1	1	1	0	1	6	0	1	1	1	1	1	0	1	6	38		
16	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	15	0	0	0	1	0	1	0	1	3	0	1	0	0	1	0	0	1	3	1	1	1	1	0	1	1	0	6	27	
17	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	14	0	1	0	1	0	1	1	1	5	0	0	1	1	1	0	1	0	4	1	1	1	1	1	1	1	1	8	31	
18	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	21	0	1	1	0	1	0	1	0	4	1	0	1	1	0	1	0	1	5	1	1	1	1	1	1	0	1	7	37	
19	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	20	0	1	1	1	0	1	1	1	6	1	1	1	1	0	1	1	1	7	0	1	1	1	1	1	1	1	7	40	
20	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	17	1	1	1	0	1	1	1	1	7	0	1	0	0	1	0	1	0	3	0	0	1	1	0	1	1	1	5	32	
21	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	18	1	0	1	1	0	0	1	1	5	0	0	1	1	1	1	0	5	0	0	1	1	1	1	0	0	4	32		
22	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	21	0	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	0	1	0	1	6	1	1	1	0	1	1	1	1	7	41		
23	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	22	1	0	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	1	0	7	0	1	1	1	1	1	1	0	6	42		
24	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	19	0	1	1	1	0	1	0	1	5	1	1	1	1	1	1	0	1	7	1	1	1	1	1	1	0	1	7	38	
25	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	0	1	1	1	1	0	1	6	1	0	0	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	0	1	0	1	6	39		
26	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	14	0	1	1	1	1	1	0	1	6	1	1	1	1	1	1	1	8	0	1	1	1	1	1	1	1	7	35		
27	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	1	1	1	1	0	1	1	1	7	1	0	1	1	1	1	1	0	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	44	
28	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	19	1	1	1	1	0	1	1	1	7	1	0	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	1	1	1	8	41	
29	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	16	1	1	1	1	1	0	1	7	1	1	1	1	1	0	1	1	7	0	1	1	1	1	1	1	1	7	37		
30	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	23	0	1	0	1	1	0	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	8	0	1	1	1	1	1	1	0	1	6	42	



**Anexo I: Artículo científico**

**ESCUELA DE POSTGRADO**  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Influencia del programa  
“Aceptándome tal como soy” en la autoestima.**

**Br. Huayhua Hanco, Mario**

**Escuela de Postgrado  
Universidad César Vallejo Filial Lima**

### **Resumen**

El objetivo de la investigación estuvo dirigido a determinar la influencia del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima. La investigación es de tipo aplicada y el diseño utilizado es cuasiexperimental.

*Palabras claves:* Autoestima, Aceptándome tal como soy, área a sí mismo, área social, área hogar y área escuela.

### **Abstract**

The objective of the investigation was to show the influence of the program “Accepting how I am” in the self-esteem. The investigation is the applied type and the design used is quasi experimental, with transversal part.

*Specific word:* self-esteem, Accepting how I am, self esteem area, social area school area.

### **Introducción**

La personalidad del ser humano está compuesta, establecida según los factores que actúan colectivamente. Es decir se desarrolla la personalidad, por lo tanto, es un factor definitivo en la conducta y su desarrollo en la colectividad. La presente investigación tiene por objetivo; Determinar la influencia del programa:

“Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes del primer año de Educación secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo.

Chorrillos 2016, previa aplicación del Test de Coopersmith, se desarrollaron los presupuestos conceptuales y teóricos que fundamentan el desarrollo de la investigación, se considera dentro de la presente investigación otorgar el resultado de los análisis de los datos, las sugerencias y las conclusiones finales.

.

### **Antecedentes del problema**

La presente investigación está enmarcada en el campo Educativo y concretamente está ubicada en el área de Psicología Educativa, se recurrieron a antecedentes nacionales e internacionales y medios informáticos electrónicos.

Velastegui (2015) realizó una investigación a cerca de “*La autoestima, planificación y toma de decisiones de los estudiantes del primer año de*

*bachillerato de la Unidad Educativa Temporal Baños*”, en la provincia de Tungurahua, México. Cuyo objetivo fue valorar los niveles de autoestima, su influencia en los adolescentes, después de recibir algunos talleres, el beneficio de la autoestima se proyectó a un 88% a nivel global, admitiendo que se den inclusivamente ciertas ventajas en la disminución de ciertos estudios como la ansiedad, mejor rendimiento escolar, control de niveles de ansiedad entre otros.

Díaz (2010) indicó en su investigación: *“Autoestima y rendimiento académico de los alumnos del tercer año de educación secundaria del I.E.E. José Granda del distrito de San Martín de Porres. Lima”*. Con la finalidad de establecer si existe o no la influencia de la autoestima, como resultado se presenta la influencia de componentes externos e internos. Finalmente concluyeron que la medición del rendimiento escolar ha sido un foco de constantes críticas.

## **Revisión de la literatura**

### **Programa Aceptándome tal como soy**

Green y Kreuter (1991) indicaron: “Los programas de educación se dirigen a las escuelas, a los hogares, y a las industrias que comparten cultura y tradición, comparten también la capacidad de sentir y asimilar los efectos de un programa de educación”. (p.14) La persona desde los primeros años de su vida determina de manera positiva o negativa los diferentes tipos de autoestima y características, y cada uno somos responsables de moldearla por nuestros hábitos emocionales, en particularidades, gustos y deseos.

Dentro del programa se utilizó la metodología de Santo Domingo: ver juzgar-actuar que surgió para la acción transformadora de los cristianos en la evangelización, es así que en la Iglesia Latinoamericana, se asume en Medellín los tres momentos propuestos para la evangelización, de la misma manera se asumió en el documento de el Puebla y Santo Domingo, asumiendo explícitamente para la pastoral juvenil y siguiendo la propuesta en el primer congreso latinoamericano de jóvenes en Cochabamba, donde se incorporan dos nuevos momentos, el revisar y el celebrar.

## **La autoestima**

Branden (1995) indicó: “La autoestima es la experiencia fundamental en nuestra capacidad, en nuestro derecho a triunfar y a ser felices”. (p. 33) La valoración de la autoestima que se tiene sobre uno mismo en la persona se ve lo que uno piensa de sí mismo y acerca de ella, su reacción y esta valoración la manifiestan desde lo positivo y negativo, esta actitud básica determinará el comportamiento, de la personalidad. El mismo autor remarcó que: “La autoestima es la disposición a experimentarse a uno mismo como alguien competente para enfrentarse a los retos de la vida, y que además es digno de la felicidad”. (p. 33) La muestra de confianza que se tiene de uno mismo es muy importante por que influye y va dejando huellas en su existencia, como experiencias de vida que ayudaran a desarrollar la autoestima.

## **Enfoques teóricos de la autoestima**

Maslow (1972) manifestó que: “El ser humano que se siente auto realizado, posee en su interior una fuerza a la unidad de la persona, hacia una expresividad espontánea, hacia una identidad e individualidad plena, hacia la contemplación de la verdad, y creatividad”. (p. 185) Los procesos de autoestima se muestra como: Centro de nuestra conciencia personal, involucra a todo su ser personal de acuerdo a una audacia biológica.

Calero (2002), “Es la valoración que uno tiene de sí mismo, se desarrolla gradualmente desde el nacimiento, en función a la seguridad, cariño y amor que la persona recibe de su entorno”. (p.24) Tienen influencias considerables dentro de la forma personal en su desarrollo como ser humano.

## **Dimensiones de la autoestima**

### **Área Sí mismo**

Coopersmith, citado por Válek (2007) indicó: “La valoración de sí mismo a mayores aspiraciones, estabilidad, confianza, buenas habilidades y atributos personales, poseen consideración de sí mismo en comparación a otros, y deseos de mejorar”. (p.18) Son habilidad para construir defensas hacia la crítica y



designación de hechos, opiniones, valores y orientaciones favorables respecto de sí mismo.

### **Área Social**

Coopersmith, citado por Válek (2007) indicó: “Cuando mayor es el nivel, el individuo posee mayores dotes y habilidades en las relaciones sociales”. (p. 20) La aceptación de sí mismo y la aceptación social establecen expectativas de aprobación y receptividad por parte de otras personas su comportamientos apropiados, asimilan y relacionan las tradiciones, los valores y costumbres.

### **Área Hogar**

Coopersmith, citado por Válek (2007) indicó: “Las cualidades y habilidades íntimas en la familia, se siente más considerado y respetado, comparten sus valores y aspiraciones, poseen concepciones propias acerca de los que está bien o mal dentro del marco familiar”. (p.25) La familia es el contexto más importante e inmediato desde los primeros años de la vida del ser humano, son los encargados de satisfacer nuestras necesidades biológicas, psicológicas y sociales.

### **Área Escuela**

Coopersmith, citado por Válek (2007) indicó: “Afronta adecuadamente las principales tareas en la escuela, posee buena capacidad para aprender, trabajan más a gusto tanto en forma individual como grupal, alcanzan rendimientos académicos mayores de lo esperado, son competitivos”. (p. 26) En la edad escolar se desarrollan básicamente los sentimientos afectivos desde la cual se forma su autoestima, sin duda que el maestro tiene mucha influencia que muchas veces sustituye a los padres, contribuye a formar grandes amigos de la infancia, desde esa experiencia los recordaran durante el transcurso de su vida.

### **Importancia de la autoestima**

Coopersmith (1967) manifestó: “La autoestima es importante porque condiciona el aprendizaje en los alumnos que tienen una autoimagen positiva, se hallan en mejor disposición, les facilita su superación de sus dificultades personales sintiéndose con mayor capacidad para enfrenar sus fracasos”. (p. 67)

Vernieri (2006) indicó: “Cuanto más alta es la autoestima que los estudiantes tienen de sí mismos; mejor es su calidad de vida; tratan a los demás con respeto y solidaridad”. (p. 50) Cuando la persona se aprecia y se quiere, disfruta de lo que le rodea, encuentra a su alrededor personas y amigos con los cuales comparte su vida, la autoestima constituye una base fundamental de la personalidad, dando confianza en sí mismo, seguridad y hacer sentir competente, en el aspecto cognitivo, emocional, social y afectivo.

Branden (1995) mencionó: “La autoestima plenamente consumada, es la experiencia fundamental de llevar una vida significativa, en nuestra capacidad de pensar, de enfrentarnos a los desafíos de la vida, y en nuestro derecho a triunfar y a ser felices”. (p. 35) Posibilita a la persona en tomar decisión y ser exigente con su realidad, cuando la persona goza de alta autoestima será muy consciente de su dignidad personal en apreciar y valorar todas las dimensiones y ser responsable de las decisiones que tome.

### **Problema**

En el proceso educativo la personalidad y la identidad, toman un papel importante ya que se trata de cómo motivar e incentivar a los niños para elevar la autoestima de modo que ellos puedan captar de mejor manera el aprendizaje que se les proporciona. Coopersmith (1967), manifestó que: “La autoestima es la evaluación que la persona realiza y que habitualmente mantiene en relación a sí misma; expresa su aprobación o desaprobación e indica hasta qué punto la persona se considera capaz, importante, con éxito, y digna”. (p. 67) Significa que la autoestima es el juicio que cada persona se tiene en relación a sí mismo, en cuanto a sus actitudes.

En la I.E. N° 6091 César Vallejo de Chorrillos Lima, en estudiantes de primero de secundaria hemos encontrado que existe una gran cantidad de estudiantes con baja autoestima las razones son variadas, Una de las causas es la despreocupación de los padres y el efecto que acarrea a los niños y afecta en su proceso de integración en el aula, reflejados durante su proceso de enseñanza y aprendizaje, nos parece importante y novedoso investigar ya que los miembros de la institución educativa no han dado mayor importancia a este problema, por

tales motivos nos planteamos como problema general la siguiente interrogante: ¿Cuál es la influencia del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos. 2016? y como problemas específicos: desde las áreas: área se sí mismo, área social, área hogar y área escuela.

### **Objetivo**

El objetivo general, tiene la finalidad de determinar el efecto del programa: “Aceptándome tal como soy” en la autoestima y objetivos específicos será determinar la influencia del programa “Aceptándome tal como soy” en la autoestima del: (a) Área se sí mismo, (b) Área social, (c) Área hogar, (d) Área escuela de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa N° 6091 César Vallejo. Chorrillos 2016.

### **Método**

El estudio plantea como estrategia un diseño ex post facto o correlacional para examinar los efectos de las variables, para corroborar los efectos de la variable independiente sobre la variable dependiente. El diseño fue Cuasi experimental. La técnica que se utilizó fue la encuesta se recopiló la información en la muestra de estudio, se usó el instrumento Inventario de autoestima versión escolar de Coopersmith (1967). En los estudiantes de primero de secundaria. Fue administrado colectivamente con una duración: 15 minutos aproximadamente. El inventario de autoestima original de Coopersmith de forma escolar es un test de personalidad de composición verbal, impresa, homogénea y de potencia. La prueba está constituida por 50 afirmaciones, con respuestas dicotómicas NO = (0), SI = (1), ítems verdadero - falso que exponen información acerca de las características de la autoestima a través de la evaluación de cuatro sub escalas: Área Si mismo, Área Social, Área Hogar, Área Escuela.

Confiabilidad de la variable autoestima.

$$\text{Se aplicó KR- 20: } \text{Confiabilidad} = \frac{50}{50-1} \left[ 1 - \frac{9.2}{133} \right] = (50/49) (1 - 0,07) = (1,02) (0,93) = 0,95$$

Interpretación: La confiabilidad de la autoestima presenta una confiabilidad muy alta con un valor de 0,95 puntos.

## Resultados

### *Autoestima. Grupo de control y experimental según pretest y posttest*

Estadístico	Control (n=30)	Grupo	Test U de Mann-Whitney
		Experimental (n=30)	
Pretest			
Media	25.5	25.7	U= 438,500
Desv. estándar	5.4	5.1	$p = .865$
Posttest			
Media	26.6	36.2	U= 84,000 $p = .000$
Desv. estándar	3.9	5.7	

Los puntajes de autoestima en los alumnos del grupo control y experimental; presentan condiciones iniciales similares, por lo que no muestran diferencias significativas al 95% de confiabilidad de acuerdo a la prueba (U-Mann-Whitney:  $p=.865$ ) en los puntajes obtenidos del pretest pues en la lectura de ambos promedios la diferencia es no significativa, por tanto puede afirmarse la existencia de homogeneidad en la autoestima en los alumnos. Luego en la fase posttest, los puntajes del grupo experimental presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney:  $***p<.000$ ), además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro lado los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones de autoestima en los alumnos, con un (Promedio = 36.2) después del programa “Aceptándome tal como soy”, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 26.6).

## Discusión

El análisis de los resultados respecto a la hipótesis general del grupo control y experimental presentan condiciones iniciales similares 0% en el nivel logrado tanto para los estudiantes del grupo control como experimental en el test (U-Mann-Whitney:  $***p<.000$ ) en los puntajes obtenidos del pre test. Por otro lado, existe diferencia significativa en la aplicación del programa, el post test del grupo experimental además, de presentar mayores puntajes obtenidos. Por otro lado

los alumnos del grupo experimental obtuvieron mejores resultados en las puntuaciones de autoestima, con un (Promedio = 36.2) después del programa, respecto a los estudiantes del grupo de control (Promedio = 26.6), podemos decir que esta investigación tiene sustento, quien concluye que es un hecho que el programa ofreció mejoras en el proceso de autoestima en el estudiante.

El programa es una alternativa de solución al conflicto, que permiten el fortalecimiento de vínculos, activación de conocimientos y una apropiada reafirmación emocional desde el área de sí mismo influye significativamente. Se recomienda organizar talleres tomando en cuenta la mejora en los estudiantes con la aplicación de un programa, con la finalidad de que motiven a los estudiantes a ser tenaces y poseer energía y dinamismo al momento de realizar cualquier actividad académica; En el área social, se recomienda velar por sus dotes y habilidades en las relaciones interpersonales; En el área hogar se recomienda a los padres de familia velar por sus cualidades y habilidades íntimas dentro del marco familiar; En el área escuela, se recomienda trabajar más a gusto tanto en forma individual como grupal, para ser competitivos.

### Referencias

- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós.
- Calero, M. (2002). *Autoestima y docencia*. Perú: San Marcos.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self Esteem*. University of California, Davis. San Francisco: W. H. Freeman and Company.
- Coopersmith, S. 1978. Estudios sobre la autoestima. Ed. Trillas. México.
- Díaz, M. (2010). *Autoestima y rendimiento académico de los alumnos del tercer año de educación secundaria del I.E.E. José Granda del distrito de San Martín de Porres*. Perú.
- Maslow, A. (1972). *Motivación y personalidad*. España: Sagitario. S.A.

- Papa Juan XXIII (1961) en su carta encíclica: *Mater et Magistra. Sobre la importancia de (Ver, Juzgar y actuar)*
- Válek, M. (2007). *Autoestima y motivaciones sociales en estudiantes de educación superior*.
- Velastegui, A. (2015). *La autoestima, planificación y toma de decisiones de los estudiantes del primer año de bachillerato de la Unidad Educativa Temporal Baños*. México.
- Vernieri, M. (2006). *Adolescencia y autoestima*. (2ª. Edición). Buenos Aires, Argentina: Bonum.

## Anexo J: Constancia emitida por la institución que acredite la realización del estudio in situ



"Año de la consolidación del Mar de Grau"

"Decenio de las Personas con Discapacidad en el Perú 2007 - 2016"

EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N°6091 "CESAR VALLEJO" –  
CHORRILLOS DE LA UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL N° 07 SAN  
BORJA, QUE SUSCRIBE OTORGA LA PRESENTE:

### AUTORIZACIÓN

AUTORIZA:

Que el Profesor HUAYHUA HANCCO Mario, realice su encuesta de investigación  
y programa denominado: la influencia del programa: "Aceptándome tal como soy"  
en la autoestima de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución  
Educativa N° 6091 César Vallejo, Chorrillos, 2016.

Siendo requisito indispensable para la culminación de sus estudios de Postgrado,  
se expide la presente Constancia a solicitud del interesado para los fines que  
estime conveniente.

Chorrillos, 01 de setiembre de 2016.

Atentamente,



Américo A. Magaña Huamán.  
DIRECTOR.

## Anexo K: Fotografías

